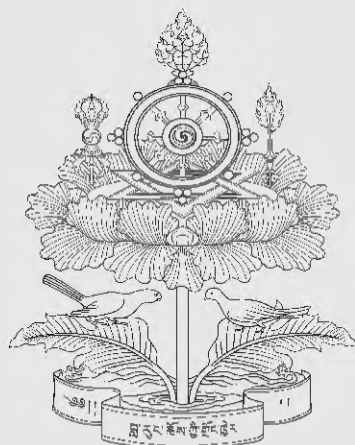


༣༡། །སེམས་ཀྱི་སྤྱོད་པ་རྣམ་པར་སྤྱོད་བ་སོ་སོར་བརྟག་  
བའི་དབྱུང་སྒྲིམ་ལའོར་ལོ་མ་སོགས་  
བཞུགས་སོ། །



ལ །ཀུན་མཁྱེན་མི་ཡམ་རྒྱ་མཚོས་མཛད།



財團法人佛陀教育基金會 印贈

Reprinted and donated for free distribution by

**The Corporate Body of the Buddha Educational Foundation**

E-mail: [overseas@budaedu.org](mailto:overseas@budaedu.org)

<http://www.budaedu.org>

**This book is for free distribution, it is not for sale.**

ཕྱག་འདེའདྲི་ཚེས་སྤྱིན་དུ་འབྲུལ་རྒྱུ་ལས། ཚོང་བརྒྱུ་རེ་མི་ཚོགས་པ་དགོངས་འཇགས་ལུ།



༡༡། །ཀུན་མཁྱེན་མི་ཡམ་རྒྱ་མཆོའི་གསུང་འབུམ།

པོད་སོ་དགུ་པའི་

དཀར་ཆག

- ༥ སེམས་ཀྱི་སྤྱད་པ་ནམ་པར་སྤྱད་པ་སོ་སོར་བདག་པའི་  
དབྱད་སྒྲུལ་འཁོར་ལོ་མ།..... ༡
- རྒྱད་ལ་སྒྲེས་པའི་ཆད།..... ༤
- དགོས་པ།..... ༤
- ༥ སེམས་ཀྱི་སྤྱད་པ་ནམ་སྤྱད་གི་ཉམས་ལེན།..... ༧
- ༥ དབུ་མའི་ལྷ་ཁྱིད་ཟབ་མོ།..... ༡༩
- ༥ བདག་མེད་གཉིས་གཏན་ལ་འབེབས་ཚུལ།..... ༡༥
- ༥ ལྷག་ཆེན་པའི་གནས་འཕྱུ་རིག་གསུམ།..... ༡༤
- ༥ གཙོད་ལུལ་གྱི་ནམ་གཞག་མདོར་བསྐྱུས།..... ༢༠
- ༥ ཁྱིད་འདེབས་པ་ལ་ཐོག་མར་ཨོ་རྒྱན་སྤྱ་མའི་སོགས།..... ༢༤
- ༥ བད་སྤྱད་བདུད་ཅིའི་ཆར་རྒྱན།..... ༢༤

- ༥ ཐུན་མིན་རྫོགས་ཆེན་སྒྲོར་གྱི་གདམས་པ་ཕྱོགས་བསྟུས་  
ཟབ་དོན་སྒྲིང་པོ་སངས་རྒྱས་ལག་སྟེར། ..... ༤༡
- ༦ ཟབ་མོ་བསྐྱེད་རིམ་ལ་བརྟེན་ནས་བསྐྱེན་པའི་  
རིམ་པ་དང་པོ། ..... ༤༢
- ༧ ཨ་ཚེས་ཀུན་མ་སྐྱེས་སོགས། ..... ༤༣
- ༨ ཨ་ག་དག་ནམ་མཁའ་སོགས། ..... ༤༤
- ༩ ཨ་མཉམ་ཉིད་དབྱེངས་ལས་སོགས། ..... ༤༥
- ༡༠ རྫོགས་ཆེན་གྱི་སྒྲོར། ..... ༤༦
- ༡༡ རྫོར་རྫོགས་གྱི་གནད་དེས་པ་གཏུག་མའི་སྒྲ་དབྱེངས། ..... ༤༧
- ༡༢ རྣམ་པར་མི་རྟོག་སོགས། ..... ༤༨
- ༡༣ ཐོས་པ་ཅམ་གྱིས་དེས་པར་གྲོལ་འགྱུར་སོགས། ..... ༤༩
- ༡༤ ཐེམས་དོན་གདམས་ངག་ ..... ༥༠
- ༡༥ ཐེམས་ལ་དམིགས་ན་ཞི་གནས་སོགས། ..... ༥༡
- ༡༦ གཟུང་འཛིན་གཉིས་སྤྱེད་པ་ཡི་སོགས། ..... ༥༢
- ༡༧ ཡུལ་གྱི་སྤྲང་བ་མེ་ལོང་གཟུགས་བསྟན་སོགས། ..... ༥༣
- ༡༨ ཨེ་མ་རྟོ་ཐེག་མཚོག་འོད་གསལ་སོགས། ..... ༥༤

- ༥༠ རྩོགས་པ་ཆེན་པོ་ལྟ་བུའི་ཉམས་མགུར་སྒྲ་སྟོན་གྱི་རིལ་མོ།.....
- ༥༡ རྩོམ་པ་རྒྱ་ལྗུང་གནས་ལ་ཕྱག་འཆའ་ལོ། །འདིར་ཆོས་  
ཐམས་ཅད་གྱི་སྟོན་པ།.....
- ༥༢ རྩོགས་ལྟན་ཀྱན་པོ་རྣམས་གྱི་ལྷགས་སེམས་དོ་མཛུབ་ཚུགས་  
གྱི་གདམས་པ་ལྟན་སེལ་སྟོན་མེ།.....
- ༥༣ སེམས་ཉིད་བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་སྟོན་པ།.....
- ༥༤ རིག་དོ་སྒྲིང་ཐབས་ཡེ་ཤེས་སྟོང་པོ།.....
- ༥༥ ཀ་དག་ཁྱིམ་ཆོད་གྱི་ཉམས་ལེན་སྟོང་པོར་དྲིལ་བའི་  
མན་ངག་ཨེ་རྩོད།.....
- ༥༦ འོད་གསལ་ཐོད་ཀྱལ་གྱི་ཉམས་ལེན་ཉུང་ཏུར་  
དྲིལ་བ་ཤིན་ཏུ་གཅིས་པའི་མན་ངག་.....
- ༥༧ གྱེ་རྩོ་མི་གཙང་ལྟུལ་ལའོར་སྟོན་པ།.....
- ༥༨ གྱེ་རྩོ་རང་གི་ལས་སྒྲུང་སྟོན་པ།.....
- ༥༩ ལུས་ནི་ཆོད་མེད་སྤར་དོར་བྱིས་ཀྱང་སྟོན་པ།.....
- ༦༠ འདྲེ་ཕྱག་དེ་དོན་རྣམ་པར་རྟོག་ལ་སྟོན་པ།.....
- ༦༡ རང་གི་དོགས་གཙོད་རྩོ་རྩེ་མེ་ལོང་།.....

གུན་མཁའ་མི་པམ་རྒྱ་མཚོའི་གསུང་འབུམ།

[illegible]

- ༥ གུན་མཁུན་མི་ཡམ་རིན་པོ་ཆེས་དོ་གྲུབ་སྒྲུལ་སྒྲུ་འཛིགས་མེད་  
བསྟན་པའི་ཉི་མར་ཞལ་གདམས་  
བསྒྲུབ་བྱ་གནང་བ།..... ༡༢༡
- ༥ བསྒྲུས་ཚན་ཚུང་རིགས་སྒྲུ་བའི་སྒོ་འབྱེད།..... ༡༢༢
- ༥ ཏག་པོ་དམིགས་བསལ་སྟེག་སྒྲུགས།..... ༡༢༣
- ༥ དོ་རྩེ་སེམས་དབའི་ཞི་བའི་སྟེག་སྒྲུག་  
བཀྲ་ཤིས་དབལ་འབར།..... ༡༢༤
- ༥ ཆེ་མཆོག་གི་རྒྱས་པའི་སྟེག་སྒྲུག་ཡིད་བཞིན་ལོར་བ།..... ༡༢༥
- ༥ བསྒྲུ་དབང་ཆེན་གྱི་སྟེག་སྒྲུག་སྒྲུང་སྟོང་དབང་སྒྲུད།..... ༡༢༦
- ༥ ཡ་སྒྲུ་ཀའི་སྟེག་སྒྲུག་ཏག་པོའི་མེ་ཆེན་རང་འབར།..... ༡༢༧
- ༥ ཏུངས་ལ་ཡང་དག་ལ་བརྟེན་པའི་མཆོག་གི་སྟེག་སྒྲུག་  
ཡེ་ཤེས་སྒྲུང་བ་མཁའ་བྱུང་།..... ༢༠༡
- ༥ དོ་རྩེ་གཞོན་རྒྱའི་ལས་ཐམས་ཅད་པའི་  
སྟེག་སྒྲུག་དོན་གུན་གྲུབ་བ།..... ༢༠༢
- ༥ ལས་ཐམས་ཅད་པའི་སྒྱུན་སྟེག་ཅིནྟ་མཁྱི།..... ༢༠༣

- ༥ བདུད་ཅི་སྒྲན་སྒྲུབ་གི་སྒྲོར་སྡེ་རབ་གསལ་འཛི་མེད་  
སྒྲན་མཆོག་གྲུབ་པ།..... ༢༠༩
- ༦ ཀུན་མཁྱེན་སྤྱ་མར་འཇམ་དཔལ་གི་རྗེས་སུ་གནང་བའི་  
བསྟན་བཅོས་ཡུངས་ལྡ་བ་དང་གི་ལྡ།..... ༢༡༡
- ༧ སྒྲགས་གྲུབ་པའི་ཡུངས་ལྡ།..... ༢༢༧
- ༨ ཡེ་ཤེས་གྲུབ་པའི་ཡུངས་ལྡ།..... ༢༤༩
- ༩ རྟེན་འབྲེལ་གྲུབ་པའི་ཡུངས་ལྡ།..... ༢༥༢
- ༡༠ ཀུན་རྟོག་འཛིང་བ་གཅོད་པའི་རལ་གི།..... ༢༥༤
- ༡༡ བྱ་ཚོལ་ཀུན་རྟ་གཅོད་པ་ཡེ་ཤེས་རལ་གི།..... ༢༥༧
- ༡༢ བྱང་རྒྱུབ་གི་སེམས་བསྐྱོམ་པའི་ཐབས་སྒོ་ཡི་  
རལ་གི། ཆོས་ཀུན་རང་རོ་སོགས།..... ༢༥༨
- ༡༣ བྱང་རྒྱུབ་གི་སེམས་བསྐྱོམ་པའི་ཐབས་སྒོ་ཡི་  
རལ་གི། རྟོ་རྟེ་སྒོ་གོས་སོགས།..... ༢༥༩
- ༡༤ ཡེ་སངས་རྒྱས་པའི་ནམ་བཞག་སྒོ་གོས་སྤྲང་བ་ནམ་སྟེང་།..... ༢༦༡
- ༡༥ རང་བྱུང་ཡེ་ཤེས་གི་དོན་ཟབ་མའི་སྤྲང་བ།..... ༢༦༧
- ༡༦ མཁའ་འགྲོའི་རྒྱལ་མོ་ཡེ་ཤེས་མཆོ་རྒྱལ་ལ་གསོལ་བ་

- འདེབས་པ་དད་པའི་གདུང་དབྱངས།..... ༡༧༩
- ༥ འཇམ་མགོན་སྤྱི་མའི་རྣམ་ཐར་གསོལ་འདེབས།..... ༡༨༡
- ༥ དབལ་དུས་ཀྱི་འཁོར་ལའི་རྩོགས་རིམ་རྩོམ་རྩེའི་རྣལ་འབྱོར་གྱི་  
དགོངས་གནད་གསལ་བྱེད་བེ་རྒྱུའི་མེ་ལོང་།..... ༡༨༧
- ༥ སྤུན་སྒྲའི་མདོ་ཆོག་བསྐྱས་པ་བདུད་རྩིའི་བུམ་བཟང་།..... ༡༩༩
- ༥ ས་སྤྱིང་།..... ༢༠༥
- ༥ བསྟོད་པ་ས་གཞིའི་མཛེས་རྒྱུ།..... ༢༠༩
- ༥ བསྐྱེད་པ་ལའ་འགྲོའི་ཆེ་འགྲུགས།..... ༢༡༧
- ༥ འོད་ཟེར་ཅན་མའི་མཁའ་འགྲོ་དམ་ཅན་གྱི་  
གཏོར་འབུལ་ཐིན་ལས་ཀྱན་འབྱུང་།..... ༢༡༩
- ༥ རབ་འབྱམས་ཡི་དམ་ཞི་བློ་ཡི་སྒྲིགས།..... ༢༢༩
- ༥ སྤུན་རས་གཟིགས་ཡི་གེ་དུག་པའི་བསྐྱེད་བསྐྱུས།..... ༢༣༠
- ༥ རྩ་འབྱུར་བསྐྱེད་པ་རྒྱས་པའི་སྤོན་ལམ་ཆོས་རྒྱལ་  
དབྱེས་པའི་ཞལ་ལུང་།..... ༢༣༩
- ༥ སྤོན་ལམ་རྩོམ་རྩེའི་ཆོག་གི་རྒྱ་མདུད་ཀྱི་འགྲེལ་བ།..... ༢༤༩
- ༥ མཐའ་བུལ་དཔུ་མ་ཆེན་པོའི་སྤོན་ལམ་སྤང་སྤོང་།

ཁུ་ལྷའི་རོལ་ཅུང།	༤༠༢
༥ དབལ་རིའི་སྟོན་ལམ་ཡེ་ཤེས་གསང་ལམ།	༤༠༤
༥ མར་མེའི་སྟོན་ལམ་ཡེ་ཤེས་འོད་གསལ།	༤༠༥
༥ བདག་ནི་མཁའ་ཁྱབ་འགྲོ་ཀུན་སོགས།	༤༡༠
༥ ཆད་མེད་བཞི་བསྐྱེས་པའི་ཆོག་	༤༡༡
༥ སྟོབས་བརྩ་མངའ་བ་སོགས།	༤༡༡
༥ གང་ཆེ་བདག་གིས་སོགས།	༤༡༡
༥ ཐེག་ཆེན་ཆོས་འཛིན་སྟོན་ལམ།	༤༡༡
༥ ཞི་ཕྱགས་དུས་རྒྱལ་བ་སྐྱེས་བཅས་སོགས།	༤༡༢
༥ ཐོང་རྒྱུད་འཛིགས་པ་ཀུན་ལས་དབུགས་དབྱུང་སོགས།	༤༡༥
༥ འཇམ་དབལ་མཆོག་སྟེན་རྩི་རྩེ་སོགས།	༤༡༥
༥ ཉན་རྣམས་གཏན་དུ་ཞི་ཞིང་སོགས།	༤༡༥
༥ གསོ་རིག་བསྟན་པ་རྒྱས་པའི་སྟོན་ལམ།	༤༡༥
༥ མཁའ་སྟོན་སྟོན་ལམ་བདེ་བའི་ཐེམ་སྐྱེས།	༤༡༧
༥ ཞི་སྒྲིལ། མཆོག་གསུམ་ཅུ་གསུམ་པར་འཛིན་རྒྱུ་བས་སོགས།	༤༡༩
༥ བདག་ནི་འདི་ནས་སྤྱི་མེད་བྱང་རྒྱུ་སོགས།	༤༢༤



- ༥ ཅ་གསུམ་རྒྱུ་པའི་བྱིན་རྒྱུ་པས་སོགས།..... ༤༡༥
- ༥ རྒྱུ་ཞིང་རྒྱུ་པར་བྲམ་མ་ལྟ་དང་སོགས།..... ༤༡༥
- ༥ ལས་རབ་འབྱམས་སོ་སོའི་སྒྲིན་ལས།..... ༤༡༥
- ༥ ལས་བཞིའི་སྒྲིན་ལས།..... ༤༡༥
- ༥ དབལ་དང་གྲགས་དང་དབང་ལྷན་སོགས།..... ༤༡༥
- ༥ རྒྱུ་ལྟོས་ཉི་མ་རྒྱུ་པའི་སྒྲིན་ལས་སོགས།..... ༤༡༥
- ༥ བདག་ནི་རྒྱུ་པ་ཆེ་རབས་ཐམས་ཅད་སོགས།།༥།..... ༤༡༥
- ༥ བདག་ནི་རྒྱུ་པ་ཆེ་རབས་ཐམས་ཅད་སོགས།།༥།..... ༤༡༥
- ༥ བདག་ནི་རྒྱུ་པ་ཆེ་རབས་ཐམས་ཅད་སོགས།།༥།..... ༤༡༥
- ༥ དག་པ་འདི་ཡིས་མཁའ་ཁྱབ་འགྲོ་ཀུན་སོགས།..... ༤༡༥
- ༥ རྒྱུ་པའི་བདག་པོ་ཆེ་རབས་ཐམས་ཅད་སོགས།..... ༤༡༥
- ༥ རྒྱུ་པས་གནས་དཀོན་མཆོག་གསུམ་གྱི་བྱིན་རྒྱུ་པས་སོགས།..... ༤༡༥
- ༥ ཆེ་འིང་གང་བསམ་འདོད་དོན་མཐར་ཕྱིན་སོགས།..... ༤༡༥
- ༥ ཅོག་བཞག་བཞི་ལྟ་བུའི་སོགས་ཆོད་དགོངས་པ་སོགས།..... ༤༡༥
- ༥ བདེ་གཤེགས་སྒྲིན་བཅས་ཀུན་གྱི་ཐུགས་བསྐྱེད་སོགས།..... ༤༡༥
- ༥ ཅ་བརྒྱུད་བྲམ་མའི་བྱིན་རྒྱུ་པས་སྒྲིང་ལ་སོགས།..... ༤༡༥

ཀུན་མཁྱེན་མི་ཡམ་རྒྱ་མཆོའི་གསུང་འབུམ།

- ༥ འགྲོ་དོན་བསྟན་པ་མཐར་རྒྱས་སོགས།..... ༤༡༧
- ༥ ཏུས་ཀྱི་རྒྱད་པ་ཞི་བའི་བདེན་ཆོག་སྟོན་ལམ།..... ༤༡༧
- ༥ རྒྱན་གྱི་ཐུགས་དམ་ཅུ་ཐོ།..... ༤༡༠
- ༥ རྩེ་བཙུན་རིག་བྱེད་མ་ལ་བསྟན་པའི་སྤྱོད་མའི་རྣལ་འབྱོར།..... ༤༡༡
- ༥ བསྐྱེད་མཁའ་འགྲོའི་ཆོ་འགྲུགས།..... ༤༡༤
- ༥ རྒྱང་སྤྱོད་མ་ལུས་ཀུན་ཏུ་བཟང་པོའི་སོགས།..... ༤༡༧
- ༥ ས་གསུམ་དག་ན་ཡིད་འོང་སྐྱེ་གཅིག་སོགས།..... ༤༤༠
- ༥ དཔལ་ལྷན་ཆོས་ཀྱི་གྲགས་པའི་སྤྱོད་མའི་རྣལ་འབྱོར།..... ༤༤༡
- ༥ རྩོན་འགྲོའི་དག་འདོན་ཐར་ལམ་རབ་གསལ།..... ༤༤༣
- ༥ ཆོག་བདུན་གསོལ་འདེབས་དང་འབྲེལ་བའི་སྤྱོད་མའི་  
རྣལ་འབྱོར་བྱིན་རྒྱུ་ཆར་འབབས།..... ༤༤༧
- ༥ རྩོ་རྩེ་ཆོག་བདུན་དང་འབྲེལ་བའི་ཆོགས་མཆོད་  
དཔལ་གྱི་སྤྱོད་མཐའ།..... ༤༤༩
- ༥ དགའ་རབ་རྩོ་རྩེའི་སྤྱོད་མའི་རྣལ་འབྱོར་ཡེ་ཤེས་ཆར་འབབས།..... ༤༤༩
- ༥ རྩོ་རྩེ་སེམས་དཔའི་རྒྱུ་ཐབས།..... ༤༤༩
- ༥ དཔལ་འོང་ཆོས་པ་རྩོ་རྩེ་ཆོག་པོའི་སྤྱོད་མའི་རྣལ་འབྱོར་

- བྱིན་སྒྲུབས་ཆར་འབེབས།..... ༤༥༥
- ༥ མཁན་ཆེན་ཡབ་སྐུ་གྱི་སྒྲུ་མའི་ནལ་འབྱོར་  
བྱིན་སྒྲུབས་བྱ་ཆར།..... ༤༥༦
- ༥ དེ་ཆེན་སྒྱི་ཏིའི་སྒྲུ་མའི་ནལ་འབྱོར་དངོས་བྱུང་གཏེར་ཆེན།..... ༤༥༧
- ༥ འཕགས་ཡུལ་མཁས་དང་བྱུང་པའི་བྱ་མཆོག་སོགས།..... ༤༥༨
- ༥ ཤིན་རྒྱུ་ཟབ་པའི་ཡི་གེ་གཅིག་མའི་སྒྲུབ་སྒྲོལ།..... ༤༥༩
- ༥ དག་ཤིས་གྱི་ཆོག་དཔལ་གྱི་བེལ།..... ༤༦༠
- ༥ དག་ཤིས་མཆོག་བྱུང།..... 1 1 ༤༦༡
- ༥ དུག་ན་ལྷུང་ལ་བསྐྱུ་མས་པ་སོགས།..... ༤༦༢
- ༥ མ་ལུས་ཆོས་ཀྱི་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་སོགས།..... ༤༦༣
- ༥ ཡོ་སྒྲུག་པུ་རྒྱུ་ལས་ཀྱི་སྒྲུ་མ་ལ་བསྐྱུ་མས་པ་སོགས།..... ༤༦༤
- ༥ ཤིས་བྱ་ཀྱི་གཟིགས་ཀྱི་མཆོག་སོགས།..... ༤༦༥
- ༥ མདོ་སྐྱུ་ལས་ཐེག་པའི་རྒྱུ་ལས་བྱུང་སོགས།..... ༤༦༦
- ༥ སྒྲུ་ལས་རྒྱུ་ལས་ཀྱི་བྱུང་ལས་ལ་དོགས་སེལ།..... ༤༦༧
- ༥ ཀྱི་མཆོག་སྒྲུ་མ་མི་ཡམ་འཇམ་དཔལ་དབྱེས་པའི་རྒྱུ་ལས་  
མཇམ་པའི་སྒྲུབས་པའི་གཏེར་བྱུང་གྱི་དོན་བཤད་པ་

ཀུན་མཁྱེན་མི་པམ་རྒྱ་མཆོའི་གསུང་འབུམ།

---

སྒོ་གྲོས་སྒྲུང་སྟེང་།..... ༤༩༠

༥ རྒྱལ་བསྟན་ཕྱོངས་འདིར་འདྲན་བ་མེས་དཔོན་སོགས།..... ༤༩༡

༄༅། །སེམས་ཀྱི་སྒྲིམ་པ་རྣམ་པར་སྒྲིབ་པ་སོ་སོར་བརྟག་  
བའི་དབྱུང་སྒྲིམ་ལའོར་ལོ་མ་ཞེས་པ་  
བཞུགས་སོ། །

ན་མོ་མ་རྩུ་ཤྱི་ཡེ། སྤིན་ན་ཉེས་པ་གང་མཆིས་པ། །རང་སེམས་ཉོན་མོངས་  
མཐུ་ཡིས་བྱས། །ཚུལ་མིན་ཡིད་བྱེད་ཉོན་མོངས་རྒྱ། །དེ་སྤོང་ཚུལ་བཞིན་ཡིད་  
བྱེད་ཡིན། །འདི་ལ་དོན་གསུམ་སྟེ། རི་ལྟར་སྒྲིམ་ཚུལ། རྒྱད་ལ་སྒྲེས་པའི་  
ཆོད། དེ་ཡི་དགོས་པའོ། །དང་པོ་ནི། གང་ལ་ལྟག་པར་ཆགས་པའི་ཡུལ། །  
ཡིད་ཀྱིས་མདུན་དུ་མངོན་བྱས་ནས། །དེ་ལ་སྤང་པོ་ལྟར་བྱེ་སྟེ། །ཐོག་མར་  
ལུས་ལ་རྣམ་པར་བརྟག་ །ཤ་ཁྲག་རུས་པ་རྒྱང་དང་ཆོལ། །དོན་སྤྲོད་ཡན་ལག་  
དབང་པོ་དང་། །གཤམ་གཅི་སྤོན་བྱ་སྒྲུ་སེན་སོགས། །མི་གཙང་རྩས་རྣམས་  
རི་སྟེད་དང་། །ས་ལ་སོགས་པའི་ཁམས་ཀྱི་ཆོགས། །སོ་སོར་དབྱེ་བར་རུང་  
བའི་རིགས། །གང་དག་རི་སྟེད་མཆིས་པ་རྣམས། །རི་སྤིན་རྩལ་གྱི་མཐར་  
ཐུག་པར། །རིམ་པས་དབྱེ་ཞིང་དེ་རེ་རེ། །ཆགས་པ་སྒྲེའམ་མི་སྒྲེའམ་ །  
མི་གཙང་སེལ་བའི་རྩས་དེ་ལས། །ལུས་ཞེས་བྱ་བ་གཞན་མེད་པས། །ལུས་  
ནི་མི་གཙང་ལྟུལ་ལའོར་དང་། །རྩ་དང་རྩིག་པ་ལུང་སྤང་དང་། །དབུ་བརྩོས་  
པ་ལྟ་བུར་ནི། །མཐོང་ཆོ་དེ་དོན་དྲན་བཞིན་འདུག །རྟོག་པ་དེ་ཡི་རྒྱུན་ཡལ་

ཚོ། ཚོར་འདྲ་འདྲ་བྱེད་ནམ་ཤེས་ཀྱི། རང་བཞིན་རེ་རེ་དག་ལ་ཡང་། ཏུ་མ་  
 ཉིད་དུ་བྱེ་ཞིང་དབྱང་། རྒྱ་བུར་སྒྲིག་རྒྱ་བྱེད་དང་། རྒྱ་མ་ལྟ་བུར་མཐོང་བའི་  
 ཚོ། རྟེན་ལའང་ཆགས་པ་བྱུང་མེད་པར། ཤེས་ནས་ནམ་རྟོག་དེ་ཡི་རྒྱུ། །  
 མ་ཡལ་བར་དུ་དེ་བསྐྱུང་བ། ཡལ་ན་ཆེད་དུ་མི་མཐུད་པར། རོ་སྟོར་བརྟག་  
 བ་གཞན་ལ་སྒྲོ། རྟེན་ལྟར་མི་གཙང་བ་དང་ནི། སྒྲིང་པོ་མེད་པའི་ཕུང་པོ་དེ། །  
 བྱུང་ནས་མི་སྟོད་སྐྱད་ཅིག་གིས། འཇིག་པ་ལ་ནི་ཡང་དག་བསམ། རྒྱོན་  
 བྱུང་མཐའ་མ་མཆིས་པ་ཡི། འཇིག་རྟེན་ཀུན་གྲང་ཞིག་གྱུར་ཏེ། རྟེན་མ་  
 འོངས་གྲང་དེ་འདྲ། འདུས་བྱས་ངང་ཚུལ་སྟོབ་པའི་རྒྱ། རྒྱུ་འགྲོ་ཐམས་ཅད་  
 འཆི་ངེས་ཏེ། རྒྱོ་བུར་འཆི་བ་ཆ་མེད་ལ། སྤྲིད་པའི་སྤྲང་བ་འདི་དག་ཀུན། །  
 གནས་སྐབས་འགྱུར་བ་ཅན་དུ་བསམ། མདོར་ན་འདྲ་བྱེད་མི་རྟག་པའི། །  
 རྣམ་པ་རི་སྟེད་ཡོད་པ་ལ། རི་ལྟར་རུས་པར་རེ་རེ་བཞིན། རྒྱོ་ཡིས་གསལ་  
 པོར་རིམ་གྱིས་བསམས། གང་ཆེ་ཆགས་ཡུལ་ཕུང་པོ་དེ། རྒྱོག་དང་ཚུ་བུར་  
 རྒྱོན་ལྟ་བུར། གཡོ་བ་ཉིད་དུ་མཐོང་བ་ན། རི་སྤྲིད་ནམ་རྟོག་དེ་ཡི་རྒྱུ། །  
 མ་ཡལ་བར་དུ་དེ་ཉིད་བསམ། རྟེན་སྤྲིད་མར་གྱུར་པ་ཡི། ཕུང་པོའི་སྐྱད་  
 ཅིག་རེ་རེ་ཡང་། རྟེན་པ་སྤྲིད་ཉིད་ཀྱི་ངོ་བོ་འམ། བདེ་བར་སྤྲང་ཡང་འགྱུར་  
 བ་དང་། རྟེན་པ་སྤྲིད་ཉིད་མེད་རྒྱུར་གྱུར་བྱིས། ཕུང་པོ་སྤྲིད་པ་སྤྲིད་པ་གཞི་ཡིན་  
 ལ། སྤྲིད་ན་མཆིས་པའི་སྤྲིད་པ་སྤྲིད་ཀུན། རི་ལྟར་རུས་པར་བསམས་བྱས་  
 བས། རྟེན་ཀུན་ཕུང་པོའི་རྒྱོན་ཡིན་བྱིས། ཟག་དང་བཅས་པའི་ཕུང་པོ་ལ། །

ཁབ་ཅེ་ཅམ་གྱི་ཆ་གས་ཀྱང་། ལྷག་བསྐལ་སྒྲིམ་མེད་མ་མཆིས་པས། སྤང་  
 བོ་འདི་ནི་ལྷག་བསྐལ་གྱི། འབྲུང་གནས་མི་གཙང་འདམ་དང་ནི། མེ་འོབས་  
 སྒྲིབ་སྤྱིང་འདྲའོ་ཞེས། རྟོག་པ་དེ་ལ་རི་སྤྱིད་གནས། རེ་མཐར་ལྷག་བསྐལ་  
 རྟེན་གྱུར་པ། རྩ་མ་མི་རྟག་སྤང་བོ་འདིར། བདག་ཅེས་བྱ་བ་གང་ཡིན་  
 ཞེས། དབུད་པས་བདག་གིས་སྤྱོད་པ་ཡི། འབབ་ཆུ་ཆར་དང་ཁང་སྤྱོད་  
 ལྟར། མཐོང་ན་ངེས་ཤེས་དེ་ཡི་ངང་། རི་སྤྱིད་མ་ཡལ་དེ་ངང་འདུག ཡལ་  
 བར་གྱུར་ཆེ་སྤྱར་ཡང་ནི། ཁོང་བཞིན་རིམ་པས་དབུད་པ་བྱེད། རེས་འགའ་  
 གོ་རིམ་མེད་པར་ཡང་། ལྷ་ཆོག་སྤྱད་པས་གང་རུང་བསམ། ཡང་ན་ས་  
 ཡང་དུ་འདི་དོན་བརྟག རེས་འགའ་གཞན་གྱིས་སྤང་བོར་བསམ། རེས་  
 འགའ་རང་གི་སྤང་བོར་བརྟག རེས་འགའ་འདུས་བྱས་ཀྱན་ལ་དབུད། གང་  
 ལ་ཆགས་ཀྱང་དེ་སྤྱན་དབྱུང་། མདོར་ན་དབུད་པ་འདི་རྩ་མ་མི་རྟག་ལྷག་བསྐལ་  
 བདག་ཅེད། བཞི་བོ། མིན་པའི་རྣམ་རྟོག་སྤང་ནས་སྤྱ། དབུད་པའི་འཁོར་ལོ་  
 བར་མེད་བསྒོར། ཅི་ཅམ་དབུད་པ་ཞིན་ངེས་པ་སྤྱེ། འདི་འདྲའི་དམིགས་  
 པ་སྤྱ་ཆོག་སྤྱལ། ཤེས་པ་གསལ་བོར་རྒྱ་བ་ཡིས། རྩ་ལ་མཆོད་པའི་མེ་བཞིན་  
 དུ། རྒྱན་མ་ཆད་པར་འཇུག་པར་བྱ། སྤོན་ཆེ་བདག་གིས་དུས་ཀྱན་ཏུ།  
 རྩ་ལ་མིན་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་ཡི། ལྷ་ཆོག་སྤྱད་པ་རྒྱན་འཇུག་པ། རེ་ཡི་ཆ་བ་  
 ཏུ་འདི་བཞག་བྱ། གལ་ཏེ་དེ་བར་གྱུར་ནས་སྤྱ། གཞན་བོའི་དབུད་པ་འང་  
 མི་འཇུག་ལ། རྟོན་མོངས་དག་ཀྱང་མི་སྤྱེ་ན། བཏང་སྒྲོམས་ཉིད་དུ་ངལ་

གསོ་བྱ། །རེ་ཞིག་དལ་བ་སོང་ཆུང་ནས། །སྤར་ཡང་གོང་བཞིན་སོ་སོར་བརྟག།  
 སོ་སོར་བརྟག་པའི་རྟོག་པ་འདི། །དྲན་བཞིན་ཤེས་བཞིན་ཀུན་ཏུ་གནས། །  
 གལ་ཏེ་བརྟེན་པར་གྱུར་པའི་སྐབས། །ཉོན་མོངས་སྐྱེས་པར་གྱུར་པ་ན། །  
 དག་པོ་མཐོང་ཆོ་མཚོན་བཞིན་དུ། །སོ་སོར་བརྟག་པ་སྤོང་བར་བྱ། །མུན་  
 བ་ལ་ནི་སྤང་བ་བཞིན། །སོ་སོར་བརྟག་པ་འདི་ལྟ་བུ། །ཅུང་ཟད་ཀྱིས་ཀྱང་  
 ཉོན་མོངས་ལ། །གནོད་ན་ཆེན་པོས་སྦྱོས་ཅི་འཚལ། །འདུས་བྱས་འཁོར་བའི་  
 ཉེས་པ་རྣམས། །ཅི་ཅམ་མཐོང་བ་དེ་ཅམ་དུ། །མྱ་ངན་འདས་པ་འདུས་མ་  
 བྱས། །ཞི་བསིལ་སྤྱོད་མེད་པར་ཤེས། །

གཉིས་བརྒྱུད་ལ་སྐྱེས་པའི་ཚད། ། བམ་ཞིག་གོ་མས་ནས་རང་ག་ཞན་གྱི། །  
 མུང་པོ་ལྷ་དང་འདུས་བྱས་ཀུན། །དུ་མ་ཉིད་དང་མི་རྟག་དང་། །སྤྱག་བསྐལ་  
 ཉིད་དང་བདག་མེད་པར། །རང་གིས་ཁོང་དུ་ཆུང་བྱས་པས། །ཆེད་དུ་འབད་  
 བ་མེད་པར་ཡང་། །སྤང་བ་ཐམས་ཅད་རྩལ་རྩལ་དུ། །གྱུར་ཆེ་ཉོན་མོངས་མགོ་  
 གཞོན་འགྱུར། །ཉོན་མོངས་རྒྱབས་དང་བྲལ་བས་ན། །དེ་ཆེ་རྟོགས་མེད་ཡིད་  
 ཀྱི་མཚོ། །རང་དབང་དག་དང་མཐུན་གྱུར་ནས། །ཞི་གནས་ཉིང་ཏེ་འཛིན་ལ་  
 རེག །ཅེ་གཅིག་སེམས་ཀྱི་དངོས་པོ་ཡི། །དེ་ཉིད་བརྟམས་ན་ལྷག་པར་མཐོང་། །  
 འདི་ནི་ཐེག་གསུམ་ཐུན་མོང་གིས། །དང་པོར་འཇུག་པའི་ལམ་ཡིན་ནོ། །  
 གསུམ་བདགོས་ལ། གང་ཆེ་རྟོན་འབྱུང་སྤྱུ་མ་འདྲའི། །ཆོས་ཀུན་གདོད་ནས་མ་སྐྱེས་  
 པས། །ཆོས་བདག་མེད་པའི་སྤྱོད་ཉིད་ལ། །ཐད་དགཅིག་སོགས་མཐའ་གཉིས་



བྲལ། །དབྱེར་མེད་མཉམ་པ་ཉིད་ཀྱི་དབྱིངས། །ཐེག་ཆེན་ལམ་གྱི་རྟོགས་  
བྱུང་ཡིན། །མཆོག་རྒྱུ་འོད་གསལ་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས། །བདེ་བར་གཤེགས་པའི་  
སྒྲིང་པོའང་དེ། །དེ་ཉིད་རྟོགས་ན་སྤྱིད་ཞིའི་མཐར། །མི་གནས་མུང་འདས་  
ཆེན་པོ་འགྲུབ། །དེ་ནི་མཆོག་རྒྱུ་དག་དང་བདེ། །འདུས་མ་བྱས་ཆེན་ཡོངས་  
སྤྱུང་ག། །བདག་ཉིད་ཆེན་པོའི་ཡོན་ཏན་གྱི། །ལ་འོས་ཕྱིན་པ་སྤྲོད་མེད། །སྤྱི་  
མེད་དེས་གསང་སྒྲིང་པོའི་དོན། །དོན་གྱི་ལྷན་སྒྲེས་བདེ་ཆེན་དབྱིངས། །རང་  
བྱུང་ཡེ་ཤེས་ཉིད་ལ་ཐུག། །དེ་ཡི་རང་བཙུན་ཀྱན་རྫོགས་ས། །དེ་ཉིད་སྤྱི་མའི་མན་  
ག་གིས། །ཐད་ཀར་རོ་སྤྱོད་རྫོགས་ཆེན་ལུགས། །དེ་ཕྱིར་ཐེག་ཆེན་མདོ་དང་  
སྤྱུང་ས། །ཐུན་མོང་ལམ་སྤྱོད་སྤྱོད་འགོ་སྤྱོད། །འདུས་བྱས་འབྲུལ་བའི་སྤྱུབས་  
བཤེགས་པ། །སོ་སོར་བརྟག་པའི་ལམ་འདི་བཟང་། །དང་པོར་སོ་སོར་བརྟགས་  
པའི་མཐུས། །ཉོན་མོངས་སྤྱི་བའི་མཆོན་མ་བཤེགས། །ཐུང་པོ་སྤྱོད་པར་དེས་  
ཤེས་ནས། །ཁམས་གསུམ་ལ་སྤྱོད་ཆགས་པ་བྲལ། །དེ་ནས་རིམ་བཞིན་  
དམིགས་མཆོན་ཀྱན། །ཉེ་བར་ཞི་བའི་སྤྱོད་པ་ཉིད། །སྤྱིར་གཉེན་ཀྱན་ལ་  
མི་སྤྱོད་པས། །མཐར་འཛིན་ཆགས་པ་ཀྱན་བྲལ་འགྲུབ། །ཆགས་མེད་སྤྱིང་  
རྫོགས་ཆགས་པས། །ཆོས་དབྱིངས་མཁའ་ལ་བྱ་བཞིན་དུ། །སྤྱིད་པར་  
འཛིགས་མེད་གང་རྒྱུ་བ། །རྒྱལ་སྤྱི་མཆོག་གི་གོ་འཕང་ཐོབ། །འདི་ལྟར་  
འཕགས་པའི་ལུང་བཞིན་དུ། །ཞི་ལྷག་ལམ་གྱི་སྤྱོད་འགོ་སྤྱོད། །སེམས་ཀྱི་སྤྱོད་  
པ་རྣམས་སྤྱོད་པ། །ཐེག་གསུམ་ལམ་གྱི་གལ་གནད་བཤད། །སེམས་ཀྱི་སྤྱོད་

བ་ནམ་སྦྱོང་བའི། །སོ་སོར་བརྟག་པར་རི་གོམས་པ། །དེ་ལྟ་དེ་ལྟར་ཉོན་  
 མོངས་ཆུང་། །ཉོན་མོངས་ཅི་ཙམ་བསྐབ་བ་བཞིན། །དེ་ལྟར་ཞིག་ནས་སྦྱབ་  
 བར་སྒྲ། །རི་ལྟར་མེ་ཡིས་སྦྱངས་པའི་གསེར། །ཤིན་ཏུ་བརྟུང་བར་བུང་བ་  
 བཞིན། །ཆགས་མེད་སེམས་ཀྱང་དེ་བཞིན་ནོ། །གང་གིས་ལྟ་ཡི་ལོ་སྟོང་དུ། །  
 དགོན་མཆོག་གསུམ་ལ་ཅི་དགོས་པའི། །ཡོ་བྱད་ཐམས་ཅད་བྱིན་བ་བས། །  
 གང་གཞན་སེ་གོ་ལ་གཏོགས་ཙམ་དུ། །འདྲུ་བྱེད་ཐམས་ཅད་སྦྱག་བསྐལ་  
 དང་། །མི་ཉག་སྦྱོང་བ་བདག་མེད་པར། །དབྱེད་ན་སྒྲ་མའི་བསོད་ནམས་  
 ལས། །གངས་མེད་འཕགས་པར་མདོ་ལས་གསུངས། །ཐེག་ཆེན་ཆོས་ཀྱི་སྒྲུམ་  
 བཞི་པོ། །བརྗོད་ན་ཆོས་ལུང་བརྒྱད་ཁྲི་དང་། །བཞི་སྟོང་བརྗོད་བ་མཉམ་  
 གསུངས་ཐྱིར། །འདི་བཤད་འདི་དོན་ལེགས་བསྐྱོམས་ནས། །མདོ་སྡེ་བྱེ་བ་  
 བརྒྱ་མང་པོའི། །དོན་གནད་རྩལ་བཞིན་བསྐྱོམས་པའི་ཐྱིར། །ཟབ་དང་རྒྱ་  
 ཆེའི་ཤེས་རབ་མཛོད། །ཆོག་མེད་ཐོབ་ནས་སྦྱར་དུ་གྲོལ། །འདི་བཤད་  
 དགོ་བས་སྒྲིགས་མ་ཡི། །སྟོན་གྱིས་ལྟག་པར་གཅོས་བ་ནམས། །ཆགས་བྲལ་  
 ཆོས་ཀྱི་བདུད་རྩིའི་མཐུས། །ཞི་བའི་གོ་འཕང་རེག་གྱུར་ཅིག །ལྷགས་ཡོས་སྒྲིན་  
 ལྷའི་ཆོས་ཀྱི་ལ་མི་ཐམ་འཇམ་དཔལ་དབྱིས་བས་བྲིས་བ་མཛྲ་ལོ།།

༥ བཟོ་གུ་ཡུ་སྒྱུད་པ་རྣམས་སྒྱུད་ཁྲིད་ཀྱི་ཉམས་ལེན་བྱེད་ཆོ། དཔེན་པར་  
 བསམ་གཏན་གྱི་སྒྱུད་ལམ་དང་ལྡན་པས་འཁོད་དེ། དལ་འབྱོར་རྟེན་དཀའ་  
 སོགས་སྒོ་ཡལ་བྱས་ནས་སྒྲོམ་ལ་བྱོད་པ་བསྐྱེད། རང་གི་སྒྱི་བོར་སྟོན་པ་བཅོམ་  
 ལྡན་འདས་ཤུག་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་ལའོར་ཐེག་པ་ཆེ་ཆུང་གི་དགོ་འདུན་དང་བཅས་པ་  
 གསལ་བཏབ་ལ། ཡན་ལག་རི་རྩེད་ལྷན་སོགས། བདུན་པ་བྱ་ཞིང་སྒྱུད་པ་རྣམས་  
 སྒྱུད་གི་ཉམས་ལེན་གྱི་རིམ་པ་སྟོན་ཐོག་འདི་ཉིད་དུ་བདག་དང་སེམས་ཅན་  
 ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྒྱུད་ལ་སྒྱེ་བར་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་ཏུ་གསོལ་སྒྲམ་པའི་མོས་གུས་  
 གཏུང་ཤུགས་དུག་པོས་གསོལ་བ་སྒྲིབ་ཁུང་རུས་པའི་གཏིང་ནས་བཏབ། སེམས་  
 ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་དུ་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་རིན་པོ་ཆེ་ཐོབ་  
 པར་བྱ། དེའི་ཆེད་དུ་སྒྱུད་པ་རྣམས་སྒྱུད་གི་རིམ་པ་བསྒྲོམ་པར་བྱའོ་སྒྲམ་དུ་སེམས་  
 བསྐྱེད་ལ། ཐོག་མར་མདུན་དུ་རང་གང་ལ་ཆགས་པ་སྒྱེ་བའོ། མིན་གྱང་གང་  
 རུང་ཡིད་གྱིས་བསམ་ལ། དཔེར་ན། དུར་ཁྲོད་དུ་རོ་བཤས་པ་བཞིན་དུ། དེའི་  
 མིག་གཡས་པ་ནས་བརྩམ་སྟེ་བགས་པ་དང་ཤ་དང་རུས་པ་དང་དོན་སྟོད་དང་།  
 དྲིམ་སོགས་སོ་སོར་བྱེ་ལ་འདི་ནི་འདི་ལྟ་བུའོ་ཞེས་དེའི་རྣམ་པ་བསམ། མིག་ཅང་  
 བའི་རྫས་སོ་དུག་པོ་དེ་རེ་རེ་ནས་ཀྱང་མཐར་རུལ་སྤྲ་བར་གྱི་བར་དུ་སྒྲོས་རྣམས་  
 བར་བྱེ་ལ་ལུས་ཀྱི་རང་མཆང་གཏིང་ནས་རིག་པར་བྱ། དེ་བཞིན་དུ་ལུས་ཀྱི་  
 ཤ་རུས་སོགས་སྤྲ་བ་ས་ཡི་ཁམས་དང་། རྫོད་མེ་ཡི་ཁམས་དང་། དབུག་རྒྱུང་  
 གི་ཁམས་དང་། བྲག་དང་བྱི་རྩ་སོགས་རྩ་ཡི་ཁམས་དང་། ལུ་ག་ནམ་མཁའི་

ཁམས་སོགས་སོ་སོར་བྱེ་ལ་དེ་དག་མཚན་ཉིད་མི་གཅིག་པ་སྐྱལ་གདུག་པ་  
གནས་གཅིག་ཏུ་ཚོགས་པ་ལྟ་བུའི་ལུས་གསོག་དང་གསོཔ་ལྟ་བུའི་མཚན་ཉིད་  
ལ་ཤེས་རབ་ཀྱི་མིག་གིས་བལྟ། ཐུན་ལ་བྲེལ་དལ་ཡུན་ཚད་ངེས་པ་མེད་དེ་  
རང་གི་ཡིད་ལ་གསལ་པོར་མ་ཤར་བར་དུ་བསྒྲུམ། འདི་ནི་མདོ་སྡེ་ལས། ཇི་  
ལྟར་འབྲས་དང་ནས་དང་སྒན་མ་སོགས་ཕྱོགས་གཅིག་ཏུ་སྦྲངས་པ་ལ། སྒྲེས་  
བུ་མཁས་པས་སོ་སོར་བྱེ་ཞིང་འདི་ནི་འབྲས་སོ། །འདི་ནི་ནས་སོ་ཞེས་རྟོག་  
པ་བཞིན་དུ་མུང་པོའི་ཁམས་ཀྱི་ཚོགས་པ་རྣམ་པར་བྱེ་ཞིང་དབྱད་པ་འདི་ནི་  
མུང་པོ་ལ་ཇི་ལྟར་ཡོད་པའི་དུ་མ་ཉིད་ཤེས་པར་བྱེད་པ་སྟེ། དང་པོ་དེ་ལྟར་  
གཟུགས་ལ་རྟོག་གོ། །དེ་འདྲའི་རྟོག་པ་ཚར་གཅིག་གསལ་པོར་བསམས་ཚར་  
བ་ན། ཚོར་བ་ལའང་བདེ་སྟུག་བཏང་སྟོམས་གསུམ་དང་བདེ་བ་ལའང་  
གཟུགས་བཟང་པོ་མཐོང་བ། སྐྱ་སྟན་པ་ཐོས་པ་སོགས་དུ་མ་དང་། དེའི་རེ་  
རེ་ལའང་ནང་གསེས་སུ་དུ་མ་ཡོད་ཚུལ་གྱི་ཚོར་བ་དུ་མ་ཉིད་དུ་བྱེ་ཞིང་དབྱད།  
དེ་ཚར་བའི་རྗེས་སུ་འདུ་ཤེས་ལའང་། བཟང་ངན་བར་མའི་འདུ་ཤེས་སྒྲ་ཚོགས་  
པ་དང་། དེའི་བྱེ་བྲག་ཀ་བ་དང་བུམ་པ་རྟ་དང་སྤང་པོ་སྒྲེས་པ་བུད་མེད་སོགས་  
སྒྲ་ཚོགས་པའི་འདུ་ཤེས་རིགས་མི་གཅིག་པ་མང་པོ་ཡོད་པས་འདུ་ཤེས་ཀྱི་མུང་  
པོ་འདི་ཡང་ཚོས་སྒྲ་ཚོགས་པ་དུ་མའོ་སྟུམ་དུ་ངེས་པ་སྒྲེ་བར་བྱ། དེ་ཚར་རྗེས་  
འདུ་བྱེད་ཀྱི་མུང་པོར་གྲགས་པ་ལ། སེམས་དང་མཚུངས་པར་ལྡན་པའི་འདུ་  
བྱེད་ཚོར་འདུ་གཉིས་མ་གཏོགས་པའི་སེམས་བྱུང་སེམས་པ་དང་རེག་པ་སོགས་

སྒྲིབ་པ་རྣམས་སྒྲིབ་པ་འདི་ནི་དུ་མ་སྒྲིབ། དཔེར་ན། དགེ་བའི་སེམས་བྱུང་ལ་དད་པ་  
 དང་དོ་ཚད་ཤེས་པ་སོགས་དུ་མ་ཡོད་ལ། མི་དགེ་བའི་སེམས་བྱུང་ལ་མ་དད་པ་  
 དང་དོ་ཚད་མེད་པ་དང་ཆགས་སྣང་ལ་སོགས་པ་སེམས་མཚོན་ཏེ་རིགས་མི་གཅིག་  
 པ་དུ་མ་ཡོད་ལ། དེའི་ནང་གི་ཆགས་པ་དང་མ་ཆགས་པ་ལྟ་བུའི་སྒྲིབ་པ་གཅིག་  
 ལ་འདུལ་བ་དང་དུས་དང་རྣམ་པ་སྒྲིབ་པ་ཚད་མེད་པར་འགྱུར་བས་འདུ་བྱེད་  
 འདི་ཡང་ཚོས་དུ་མ་སྒྲིབ་པ་འདི་སྒྲིབ་དུ་དེ། རྣམ་པར་ཤེས་པ་ལ་འདར་  
 མིག་ཤེས་ནས་ཡིད་ཀྱི་ཤེས་པའི་བར་དུ་ག་དང་། དེ་རེ་རེ་ལ་འདར་ནང་གི་དབྱེ་  
 པ་ཡོད་པ་ལ་བསམས་ཏེ་མིག་ཤེས་ལྟ་བུ་ལ་འདར་སྒྲིབ་འཛིན་དང་སེར་འཛིན་ལྟ་  
 བུ་ལ་སོགས་པ་རིགས་མི་གཅིག་པ་དུ་མ་སྒྲིབ་པ་པར་གསལ་བ་ལ་རྣམ་པར་  
 དབྱེད་པས། རི་རྒྱུད་དུ་མཛོད་ལས། གཞུགས་ནི་དཔུང་དོས་པ་འདྲ། ཁོར་བ་  
 རྒྱུ་ལྟ་བུར་འདྲ། འདུ་ཤེས་སྒྲིག་རྒྱ་ལྟ་བུ་སྒྲིབ། འདུ་བྱེད་རྣམས་ནི་རྒྱ་ཤིང་  
 པ་ཞིན། རྣམ་པར་ཤེས་པ་སྒྲིབ་པ་ལྟར། ཉི་མའི་གཉེན་གྱིས་བཀའ་སྒྲུལ་ཏོ། །  
 ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། རང་གིས་དེ་ལྟར་ཡིན་པའི་ངེས་ཤེས་བྱུང་བར་ཅན་  
 སྒྲིབ་པ་ན་དེ་མ་བརྟེན་པའི་ངང་དུ་ཅི་ཙམ་གནས་ཀྱི་བར་དུ་འདུག་ རྒྱུ་ཡི་ལ་  
 བ་ཚད་དུ་མི་འཐུང་བར་མི་རྟག་པར་བསམ་པ་ལ་ཁ་སྒྲོ་སྒྲིབ། དེས་པོ་ཐམས་  
 ཅད་རང་བྱུང་པའི་དུས་རྒྱུད་ཅིག་གཉིས་པར་མི་སྒྲིབ་པ་དེ་མ་ཐག་ཏུ་འགྱུར་བ་  
 ཡིན་ཏེ། དང་པོ་བྱུང་མ་ཐག་ནས་མཐར་འགག་པའི་རྒྱུད་ཅིག་ཐ་མའི་བར་  
 དུ་རྒྱུད་ཅིག་གིས་སྒྲིབ་པ་འགག་བྱེད་པས་ན། རྒྱུད་ཅིག་གཅིག་ཏུ་འགག་པ་སྒྲོ་ག་

ལྟ་བུ་ཡིན་ཀྱང་རུང་། བསྐྱལ་བར་གནས་པ་སྟོན་གྱི་འཛིག་རྟེན་ལྟ་བུ་ཡིན་ཀྱང་རུང་། འདུས་བྱས་ཡིན་པ་ཅན་ཆད་རྒྱད་ཅིག་མའི་སྒྲེ་འགག་བྱེད་པའི་ཐེང་བ་མིམ་བར་བཀོད་པ་ཅམ་ཡིན་ཏེ། འབབ་ཆུ་དང་མར་མའི་རྩེ་མོ་ལྟ་བུར་ཤེས་པར་བྱས་ལ་སྒྲོ་བཞག། སྟོན་བཅུད་གྱི་འཛིག་རྟེན་ཐམས་ཅད་ཆགས་ནས་འཛིག་པ་ཅན་དུ་སྐྱར་བའི་ཚུལ་དང་། ཕྱི་ནམ་ལྷ་དུས་བཞིའི་འཕྱར་བ། ཅན་ན་སོ་ཅན་གཞོན་གྱི་འཕྱར་བ་མཐོ་དམན་དར་རྒྱད་བདེ་སྤྱད་ལ་སོགས་པ་རང་གཞན་ལ་མཐོང་ཐོས་སུ་སྐྱར་བ་སོགས་སྟོ་སྟོ་ཆོགས་ནས་འདུས་བྱས་ཐམས་ཅད་སྒྲོག་དང་ཆུ་བར་སྒྲིན་ལ་སོགས་པ་བཞིན་དུ་འཕྱར་བའི་སྒྲུབ་ཚུལ་ལ་ངེས་པ་གསལ་པོ་མ་སྒྲུས་བར་དུ་བསྒྲུལ། རྟོག་པ་དེའི་ངང་ཡལ་བ་ན། དེ་ལྟ་བུར་དུ་མའི་ཆོས་སྟོ་ཆོགས་ཆོགས་ཤིང་རྒྱད་ཅིག་མི་སྟོན་པར་གཡོ་བའི་ཚུལ་ཅན་དུ་སྐྱར་བའི་ཟག་བཅས་གྱི་སྤང་པོ་འདི་ལ་དབྱད་ན་འདིའི་རྒྱུན་དང་རགས་པ་ལར་ཞོག་རྒྱད་ཅིག་རེ་རེའི་ཆ་ནས་ཀྱང་། ད་ལྟ་སྤྱད་བསྐྱལ་བ་ཞིན་དུ་སྐྱར་བ་སྤྱད་བསྐྱལ་གྱི་སྤྱད་བསྐྱལ་ལ། རྒྱད་ཅིག་དེའི་ངོ་བོ་བདེ་བ་ལྟར་སྒྲུབ་ཡང་རྒྱད་ཅིག་གིས་འགགས་ཤིང་རྒྱུན་འཕྱར་བ་ཅན་དུ་གནས་པ་འཕྱར་བའི་སྤྱད་བསྐྱལ་དང་། ད་ལྟ་བདེ་ལམ་སྤྱད་གམ་བཏང་སྟོ་མས་སུ་སྐྱར་ཀྱང་རུང་སྟེ། དུག་ཅན་གྱི་ཟས་བཞིན་དུ་ནམ་ཞིག་སྤྱད་བསྐྱལ་གྱི་རྒྱར་མ་སྐྱར་བའི་རྒྱད་ཅིག་གཅིག་ཀྱང་མེད་དེ། རྒྱད་ཅིག་སྤྱ་མ་སྤྱ་མ་ལ་བརྟེན་ནས་ཕྱི་མ་ཕྱི་མ་འབྱུང་བའི་ཕྱིར། སྤྱ་མའི་རྒྱད་ཅིག་གཅིག་ཀྱང་མ་ཆང་ན་འབྲས་སུ་སྒྲུབ་ལ་གོགས་བྱེད་པའི་ཕྱིར་

སྒྲིབ་ཅིག་མ་དེ་སྒྲིབ་པ་དེ་དག་གྲང་སྒྲིབ་པ་སྒྲིབ་ཀྱི་རྒྱ་ཡིན་པའི་སྒྲིབ་པ་འདྲ་བྱེད་  
 ཀྱི་སྒྲིབ་པ་སྒྲིབ་ཏེ། དེ་ལྟར་སྒྲིབ་པ་སྒྲིབ་པ་གསུམ་དང་ཅི་རིགས་པར་འབྲེལ་བ་  
 ལ་ཁམས་གསུམ་གྱིས་བསྒྲིབ་པའི་ཟག་བཅས་ཀྱི། སྒྲིབ་པ་མི་མེད་པའི་འབྲེལ་བ་  
 དང་མི་གཙང་པའི་འདམ་ལྟར་སྒྲིབ་པ་སྒྲིབ་ཀྱི་གཞི་ཉིད་དུ་ངེས་པ་བརྟན་པོ་མ་  
 སྒྲིབ་པར་དུ་བསམ་མཐོ་བཏང་། གཞན་ཡང་། དཔུལ་པའི་ཆ་གྲང་ལ་སོགས་  
 པ་རིགས་དུག་སོ་སོའི་སྒྲིབ་པ་སྒྲིབ་དང་། རང་གི་ཡིད་ལ་གང་གཟན་པ་སོགས་  
 སྒྲིབ་པ་སྒྲིབ་ཀྱི་རྣམ་པ་མཐོང་ཐོས་ཀྱི་ཡུལ་དུ་གྱུར་པ་གང་ཡང་རུང་བ་སོགས་  
 གོ་རིམ་དང་མང་ཉུང་ངེས་པ་མེད་པར། སྒྲིབ་པ་ནམ་མཁའ་པའི་སྒྲིབ་པ་སྒྲིབ་  
 ཀྱི་རྣམ་པ་ཆེ་ཆུང་མཐོང་དག་དེ་ལྟར་ལྟས་པར་བསམ་ལ། དེ་ལྟ་བུའི་སྒྲིབ་པ་སྒྲིབ་  
 རྣམ་པ་སྒྲིབ་ཆོག་གས་གངས་མང་བ། བཟོད་པར་དགའ་བ། འཕགས་ལམ་མ་  
 ཐོབ་ཀྱི་བར་དུ་ཡང་ནས་ཡང་དུ་འབྱུང་བའི་མཐོང་ལ་ཆད་བཟུང་བ་མེད་པ་འདི་  
 ལྟ་བུ་ནི། ཟག་བཅས་ཉེ་བར་ལེན་པའི་སྒྲིབ་པ་མི་རྒྱུན་འདི་ལས་བྱུང་བའོ་སྒྲིབ་  
 དུ་དེའི་རང་མཆོང་གཉིང་ནས་མ་རིག་གི་བར་དུ་བསམ་དཔྱད་བཏང་ལ་ངེས་  
 ཤེས་འདྲོང་བར་བྱའོ། །ངེས་ཤེས་ཤུགས་ཀྱིས་སྒྲིབ་ཆེད་སྒྲིབ་པ་དེའི་རང་དུ་གཞན་  
 པའི་ཤུགས་ཡོད་པ་སྒྲིབ་དུ་དེ་ལྟར་བསམ་བཞིན་འདུག །རྣམ་རྟོག་དེའི་ཤུགས་  
 ཡལ་བར་རྩོམ་པ་ན། སྒྲིབ་པའི་དཔྱད་པ་གསུམ་པོས་དང་བའི་ངེས་ཤེས་ཀྱིས་  
 འདུས་བྱས་སྒྲིབ་པ་ལྟ་བུ་པོ་མི་རྟག་པ་དང་། དུ་མ་དང་སྒྲིབ་པ་སྒྲིབ་ཀྱི་རང་བཞིན་  
 ཅན་འདི་ལ་གང་ཟག་གམ། བདག་གམ། རོལ་སྒྲིབ་དུ་རྒྱུ་པར་ཟད་ཀྱི། འདི་

ལ་བདག་གམ། གང་ཟག་གམ། ང་ཞེས་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་བྱུང་བ་གང་ཡང་མི་  
འདུག་གོ་སྟེ། མིག་གསལ་པའི་མདུན་ན་གནས་པའི་ཐག་ཁྲ་ལ་སྒྲུལ་མེད་  
པ་ཉིད་དུ་ཤེས་པ་ལྟར་དུ། རྩལ་དང་སྐད་ཅིག་མའི་རྒྱན་དང་ཚོགས་པའི་སྤང་  
པོ་ཅམ་ལ་མ་བརྟག་མ་དབྱད་པར་བདག་ཏུ་བརྟགས་པ་ཅམ་ལས་བདག་མེད་  
པར་ཤེས་རབ་ཀྱི་མིག་གིས་མཐོང་པར་འགྱུར་རོ། སྤྱིར་བདག་མེད་ནི་རྟོགས་  
བྱའི་གཙོ་བོ་ཡིན་མོད་ཀྱིས། དེ་ཁོ་ན་རྩལ་དུ་བརྟོན་མི་དགོས་པར་དབྱད་པ་  
སྒྲ་མ་གསུམ་རྩལ་དུ་བརྟོན་ནས་བསམ་པས། སྤྱི་མ་འདི་དེའི་ཤུགས་ཀྱིས་  
དཀའ་བ་མེད་པར་བདེ་སྒྲག་ཏུ་ཤེས་ཅུས་པ་ཡིན་པས་འདི་ཡང་བདག་མེད་པའི་  
རེས་ཤེས་མ་ཡལ་བར་དུ་དེ་བསྟོམ། ཡང་རྣམ་རྟོག་གཞན་འགྱུ་བའི་མགོ་བརྩམ་  
པ་དང་། དེའི་དབང་དུ་མི་གཏོང་བར་སྒྲར་ལྟར་སྤང་བོ་དུ་མ་ལ་བརྟག་པ་ནས་  
བཟུང་སྟེ་སྟོ་ཐོག་གཤར་བསྟོམ་གྱི་རིམ་པས་དམིགས་པ་རེ་རེ་ནས་སེམས་ཐོག་  
ཏུ་ཐག་ཚོད་པ་རེ་བསྟོམ། རེས་རང་རྒྱུད་ཀྱི་སྤང་བོར་བརྟག་ རེས་གཞན་གྱི་  
སྤང་བོར་བརྟག་ རེས་འདུས་བྱས་སྤྱི་ལ་དབྱད་པ་གསུམ་རང་གི་སྟོ་ལ་གང་  
བདེ་བྱ། ཐུན་མཐར་དགོ་བ་བསྟོ་ཞིང་བག་ཡངས་སུ་བཞག་ ཡང་ཐུན་བཅད་  
ནས་དབྱེད་པའི་འཁོར་ལོ་བར་མེད་པར་རྩལ་མེ་མཆེད་པའི་རྩལ་དུ་བསྟོར་  
བས་དོན་མེད་ཀྱི་རྣམ་རྟོག་གཞན་གོ་སྐབས་མེད་པར་རྒྱན་ཅི་ཅུས་སུ་བསྒྱུང་།  
བར་སྐབས་སྟོང་ལ་ནས་ཐང་ཆད་པ་བྱུང་ན་ཅི་ཡང་མི་བསམ་པར་ཉད་དེ་ཆད་  
དེ་སྟོང་། ཡང་རྣམ་རྟོག་འགྱུ་བ་ན་འགྱུ་བ་གཞན་དོན་མེད་ཀྱིས་ཅི་བྱ། རྩལ་



བཞིན་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་འདི་ལ་སེམས་འགྲུ་རུག་ཞུག་པར་བྱའོ་སྒྲུམ་དུ་ཡང་ཡང་  
 ཡིད་ལ་བྱས་པས་ཇི་ཞིག་ན་ཆེད་དུ་དམིགས་པའི་ཆོ་ངེས་པ་ཤུགས་དྲག་པོ་རྩོལ་  
 མེད་དུ་སྒྲེབ་དང་། གློ་ཡན་པར་བཏང་བའི་ཐུན་མཚམས་སུ་འད་གོང་གི་བསམ་  
 རྒྱའི་དོན་རྣམས་ངམ་ངམ་ཤུགས་གྱིས་གློ་ཡུལ་དུ་འཁོར་བ་འབྱུང་ཞིང་དོན་ཆེན་  
 པོ་འགྲུབ་པར་འགྱུར་བས་ན། མདོ་སྡེའི་བསྒྲོམ་རིམ་མཁུ་མོངས་སུས་ཀྱང་  
 རྟོགས་པར་སྒྲུལ། དོན་ཆེ་བ་གོམ་པ་ཅམ་ལས་རིགས་པའི་ངལ་བ་ལ་མི་ལྟོས་  
 པ། གོམས་ན་ཆོས་ཀྱན་གྱི་གནད་ཁོང་དུ་ཆུང་རུས་པ་ཡིན་པས། འདི་ལ་ནི།  
 བཤད་པས་མི་གཙོ་བསྒྲོམ་པས་གཙོ། བསྒྲོམ་ན་མ་བཤད་ཁོང་ནས་ཤེས། །  
 མ་བསྒྲོམ་བཤད་ཀྱང་ནོ་ཆོ་འདྲ། །དེ་ཕྱིར་དབྱེད་བསྒྲོམ་འདི་ལྟར་མཛོད། །  
 བདུ་རྒུལ་མཚན་གྱིས་བསྒྲུལ་ཞིང་། །བྲི་གཞི་ཤོག་ལུའི་རྒྱུར་བས། །མི་  
 བམ་པ་ཡིས་མདོར་བསྒྲུས་སུ། །རབ་གཅིག་ལ་ཤར་མར་བྲིས། །མདྲ་ལོ།

༥ དབུ་མའི་ལྷ་ཁྱིད་ཟབ་མོ་བཞུགས་སོ། ། བཙོ་མཆོ་ཕྱི་ཡེ། སྦྱོད་པ་  
 རྣམས་སྦྱོང་སྦྱོན་སོང་ནས། །གང་ཟག་བདག་མེད་རྩུལ་ལ་ནི། །ངེས་ཤེས་གནད་  
 དུ་འདྲོངས་པའི་ཆོ། །བདག་ཅེས་ལུང་པོ་ལ་བརྟེན་ནས། །མ་བརྟག་རྟོག་པས་  
 བཏགས་པ་ལྟར། །ལུང་པོ་ལྟ་དང་འདུས་མ་བྱས། །ཆོས་རྣམས་ཐམས་ཅད་  
 དེ་བཞིན་དུ། །རྟོག་པས་བཏགས་ཏེ་འདི་འདི་ཞེས། །སྒྲ་ཆོགས་ཆོས་སུ་བཟུང་  
 མོད་གྱིས། །བཏགས་དོན་བཅའ་ན་མི་རྟོད་དེ། །ཆ་མེད་ཉིད་གྱིས་མཐར་ཐུག་  
 པར། །འདི་ཁོར་རིགས་བརྟོན། །ཕྱ་ཞིང་ཕྱ་བའང་མ་གྲུབ་བཞིན། །རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་

འབྱུང་དབང་གིས་སྣང་། །དངོས་པོ་བརྟེན་ནས་སྐྱེས་པ་སྟེ། །དངོས་མེད་བརྟེན་  
ནས་བཏགས་པ་ཡིན། །དངོས་དང་དངོས་མེད་གང་ལའང་། །མ་བཏགས་དེ་  
དང་དེར་འཛིན་གྱི། །བཏགས་ཤིང་དབྱུང་པར་གྱུར་པའི་ཆོ། །གཞི་མེད་ཙྰ་  
བ་བྲལ་བཞིན་དུ། །མེད་སྣང་སྣང་མ་མི་ལམ་དང་། །རྒྱ་ལྷ་བྲག་ཆདྱི་བའི་གྲོང་།  
མིག་ཡོར་སྒྲིག་རྒྱ་ལ་སོགས་བཞིན། །སྟོང་བཞིན་སྣང་ལ་སྣང་བཞིན་སྟོང་། །  
སྣང་སྟོང་སྣང་མའི་ཚུལ་དུ་བསྒྲམས། །འདི་ནི་རྣམ་གངས་པའི་དོན་དམ། །རྟོག་  
པའི་སྒྲོ་ཡི་ངེས་ཤེས་ཅན། །རྗེས་སོབ་སྣང་མའི་ཚུལ་མཐོང་བའི། །ཤེས་རབ་  
དྱི་མེད་ཡིན་མོད་གྱི། །གཟུང་བའི་དམིགས་པ་མ་བྲལ་ཞིང་། །འཛིན་པའི་རྣམ་  
པ་མ་ཞིག་ལ། །ཀུན་ཏུ་རྟོག་ལས་མ་བཟལ་བྱིར། །སྒྲོས་བྲལ་ཆོས་ཉིད་མཐོང་  
བ་མིན། །དེ་འདྲའི་ངེས་ཤེས་སྐྱེས་པའི་ཆོ། །སྣང་མ་ཙམ་དུ་འཛིན་པ་ཡང་། །  
རྟོག་པས་བཏགས་ཏེ་བཟུང་མོད་གྱི། །གཟུང་བྱའི་དོ་བོར་མ་གྲུབ་ལ། །འཛིན་  
པའི་སེམས་གྲང་མི་རྟོན་པས། །འཛིན་མེད་ལྷག་པའི་གཤེས་སུ་བཞག། །དེ་  
ལྟར་བཞག་ཆོ་སྤྱོད་གི། །སྣང་བ་ཐམས་ཅད་མ་འགག་གྲང་། །དེར་འཛིན་  
མེད་པའི་གཤེས་ལུགས་སུ། །ཆོས་སུ་བཏགས་པ་དེ་སྟོན་པ། །ཡེ་ནས་མ་  
སྐྱེས་མ་འགག་ལ། །གཟུང་དང་འཛིན་པ་རྣམ་བྲལ་བའི། །མཉམ་པ་ཉིད་གྱི་  
དབྱིངས་སུ་མཉམ། །ཡོད་མེད་ལ་སོགས་ཁས་ལེན་བྲལ། །བརྗོད་མེད་དོན་  
གྱི་རང་བབ་ལ། །ཐེཚོམ་མེད་པའི་ཉམས་སྦྱང་འཆར། །དེ་ནི་ཆོས་ཀུན་ཆོས་  
ཉིད་དེ། །རྣམ་གངས་མིན་པའི་དོན་དམ་པ། །སོ་སོ་རང་གིས་རིག་བྱ་བར། །

མཉམ་བཞག་མི་རྟོག་ཡེ་ཤེས་ཡིན། །དེ་ཡི་རང་ལ་གོ་མས་པ་ན། །སྤྱོད་དང་  
 རྟོན་འབྱུང་ཟུང་འཇུག་པ། །བདེན་གཉིས་དབྱེར་མེད་གནས་ལུགས་དོན། །  
 དབུ་མ་ཆེན་པོའི་རྣལ་འབྱོར་ཡིན། །དོན་དེ་སེམས་ཀྱི་སྦྱོད་ཡུལ་དང་། །བྲལ་  
 བར་གཉིས་མེད་ཡེ་ཤེས་ཀྱིས། །སྤྱར་བ་ཉིད་དུ་མངོན་བྱེད་པར། །འདོད་ན་  
 རྟགས་ཀྱི་མན་ངག་བསྐྱོམ། །འདི་ནི་དབུ་མའི་སྒྲོམ་རིམ་གྱི། །ཟབ་གནད་  
 མཐར་ཐུག་ཡིན་པ་སྟེ། །དང་པོ་སྦྱོད་པ་རྣམས་སྦྱོང་ནས། །རིམ་བར་མྱོང་བས་  
 གཏན་ལ་དབབ། །སྤང་སྦྱང་སྦྱ་མའི་རེས་ཤེས་ཀྱི། །ལམ་ནས་བསལ་བཞག་  
 མེད་པའི་དོན། །ཤེས་རབ་པ་རོལ་ཕྱིན་པའི་དབྱིངས། །མཉམ་བ་ཉིད་དུ་རྣམ་  
 བར་གྲོལ། །སྒྲོམ་བས་གདུང་བས་ཕྱོགས་གང་ན། །ཁུ་ཡོད་གོ་ཡང་སྒྲོམ་མི་  
 སེལ། །དེ་ཕྱིར་བཏུང་ན་སེལ་བ་ལྟར། །གོ་སྟོ ང་དེ་འབྲམ་དོ་ལས་གསུངས། །  
 དེ་ཕྱིར་རིགས་པ་མང་པོ་ཡིས། །རང་ཉིད་ངལ་བའི་གོ་སྒྲམ་ལ། །རེས་འཛོག་  
 མི་དགོས་རིམ་བསྐྱོམ་ན། །ཟབ་མོའི་བཟོད་པ་སྤྱར་དུ་ཐོབ། །འཇམ་དཔལ་  
 དབྱེས་པའི་དོ་རྩེ་ཡིས། །ཁུ་འབྲུག་མགོ་ལྷའི་ཆེས་ཉེར་དགུར། །ཤར་མར་  
 བྱིས་འདིས་འགོ་ཀུན་གྱི། །ཟབ་མོ་དབུ་མའི་དོན་རྟོགས་ཤོག །མདྲ་ལོ།

༥ ། བདག་མེད་གཉིས་གཏན་ལ་འབེབས་ཚུལ། །འཇམ་དཔལ་ལ་ཐུག་  
 འཆལ་ལོ། །རང་རྒྱུད་ཀྱི་ཐུང་པོ་ལྷ་ལ་དམིགས་ནས་ངོ་སྤྲོམ་པའི་སྒྲོ་དེ་རར་  
 འཛོལ་ཡིན་ལ། །དེའི་ཞེན་ཡུལ་དེ་གང་ཟག་གི་བདག་གམང་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ། །དེ་  
 མ་བརྟགས་མ་དབྱུང་བར་ཡོད་སྟམ་དུ་ཞེན་པ་ཙམ་ལས་དོན་དུ་ཐག་ཁྲ་ལ་སྦྱུལ་

ལྷར་གྲུབ་མ་གྱིང་བ་སྟེ། བདག་གི་གདགས་གཞི་སྤང་བོ་ལྷ་ནི་དུ་མ་དང་མི་རྟག་  
པ་ཡིན་ཞིང་། བདག་ནི་སྤྲ་མ་ནས་འདིར་འོང་། འདི་ནས་ཕ་རོལ་དུ་འགོ་བའི་  
རྟག་པ། བདག་གཅིག་སུ་ཞིག་ཡོད་སྟུང་པ་ཡིན་ལ། དེ་ནི་སྤང་བོའི་ཚོགས་  
པ་ལ་དེ་བདག་ས་པ་ཅམ་ལས་དོན་དུ་མ་གྲུབ་བོ། །དེས་ན་ཡུལ་ཅན་པོའི་སྟུང་  
པའི་སློང་དེ་བདག་འཛིན་ཡིན་ལ། དེའི་ཞེན་ཡུལ་དེ་ལ་བདག་ཅེས་བྱའོ། །ཐག་  
ཁྲ་ལ་སྡུལ་མེད་པ་ལྷར་སྤང་བོ་ལ་བདག་ཏུ་བདག་ས་པ་ཅམ་ལས། བདག་ངོ་  
བོ་ཉིད་གྱིས་མ་གྲུབ་པར་ཤེས་པ་འདི་བདག་མེད་གྱི་ལྟ་བའོ། །ངའམ་བདག་  
ཅེས་བྱ་བ་དེ་ལས་གཞན་པའི་འདུས་བྱས་འདུས་མ་བྱས་གྱི་ཚོས་ཐམས་ཅད་  
ལ་ཚོས་ཞེས་བྱ་ཞིང་། ཚོས་དེ་དག་མ་བརྟག་ཉམས་དགའ་པ་ཅམ་དུ་བདེན་  
པར་ཡོད་ཡོད་ལྟ་བུར་ཞེན་ན་ཡང་། གཅིག་དུ་བྲལ་ལ་སོགས་པའི་རིགས་  
པས་བརྟགས་ན། སྤྲ་བ་དང་རགས་པའི་དངོས་པོ་གང་དུ་འང་མ་གྲུབ་པར་  
གཞི་མེད་ཅུ་བྲལ་དུ་ཤེས་ན་ཚོས་གྱི་བདག་མེད་རྟོགས་པ་ཞེས་བྱའོ། །དེས་  
ན་དགག་གྱ་གང་ཟག་དང་ཚོས་སུམ་པ་ལ་སོགས་པ་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པའམ་  
བདེན་པར་གྲུབ་པ་དེ་ལ་གང་ཟག་དང་ཚོས་གྱི་བདག་ཅེས་བྱ་ལ། བདག་  
གཉིས་པོ་དེར་སློང་འབྱུལ་བས་གཟུང་བ་ཅམ་ལས། དབྱུད་ན་རྩུང་བྱང་མ་  
གྲུབ་པ་ནི་གང་ཟག་དང་ཚོས་གྱི་བདག་མེད་པ་ཞེས་བྱའོ། །བདག་མེད་པ་དེ་  
ལྷར་རྟོགས་པའི་སློང་དེ་ལ་བདག་མེད་རྟོགས་པ་ཞེས་བྱ་སྟེ། གཟུང་བ་བདག་  
གཉིས་དང་། དེའི་ཡུལ་ཅན་བདག་འཛིན་གཉིས་ཡིན་ལ། བདག་ཏུ་འཛིན་

པ་གཉིས་པོ་དྲུང་ནས་འབྱེན་པ་ལ། ཡུལ་བདག་གཉིས་པོ་མ་གྲུབ་པའི་ཚུལ་  
 རིགས་པས་གཏན་ལ་ཡལ་ནས་བདག་མེད་གཉིས་པོ་དེའི་ཡུལ་ཅན་བདག་མེད་  
 རྟོགས་པ་རང་རྒྱུད་ལ་བསྐྱེད་དགོས་སོ། །མདོར་ན་ངར་འཛིན་འདི་འཁོར་  
 བའི་རྩ་བ་ཉོན་མོངས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་འབྱུང་གནས་ཡིན་ཞིང་། དེའི་གཉེན་  
 པོ་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་རྟོགས་པ་ནི་ཐར་ལམ་རྩ་བ་ལྟ་བུ་ཡིན་ནོ། །དེ་  
 ཙམ་དུ་མ་ཟད་ཆོས་ཐམས་ཅད་ཀྱང་རང་བཞིན་མ་གྲུབ་པར་ཤེས་པའི་སྣང་  
 ཉིད་ཀྱི་ལྷ་བ་ཡོངས་སུ་རྟོགས་པ་ལས་ཤེས་བྱའི་སྒྲིབ་པ་མཐའ་དག་ཀྱང་སྣང་  
 བར་བྱེད་པས་ན་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་གྱི་རྩ་བ་ཡིན་ལ། སྣང་བ་དང་རྟོན་འབྱུང་  
 དབྱེར་མེད་པའི་ཆོས་ཀྱི་དབྱེད་སྤངས་བརྟོན་བྲལ་མཉམ་པ་ཆེན་པོ་ལ་ངེས་པ་གཏིང་  
 བས་མ་ཚུགས་ཀྱི་བར་དུ་ལྷ་བ་སྦྱང་བར་བྱའོ། །

དགག་བྱ་བཀག་པ་ཙམ་གྱི་མེད་དགག་གི་གོ་ཡུལ་ཙམ་ནི་རྣམ་གྲངས་པའི་དོན་  
 དམ་ཞེས་དོན་དམ་པ་མཚན་ཉིད་པ་ལ་འཇུག་པའི་སྒྲོ་ཙམ་ཡིན་གྱི། གནས་  
 ལྷགས་མཐར་ཐུག་མིན་ལ། ཟུང་འཇུག་རབ་རྒྱུ་མི་གནས་པའི་དབུ་མའམ་  
 རྣམ་གྲངས་མིན་པའི་དོན་དམ་ནི། བདེན་གཉིས་དབྱེར་མེད་པའི་གནས་ལྷགས་  
 སོ་སོ་རང་གིས་རིག་པར་བྱ་བ་སྒྲོས་པའི་བྱ་བ་མ་ལྷས་པ་ཞི་བའི་བདག་ཉིད་  
 ཡིན་ནོ། །མདོར་ན་རིག་པས་དབྱུང་པའི་གོ་ཡུལ་དུ་འཁོར་འདས་ཀྱི་ཆོས་  
 ཐམས་ཅད་སྣང་ནི་སྣང་ཡང་། བརྟག་ཅིང་དབྱུང་ན་རྒྱལ་སྤྱོད་རབ་ཙམ་ཡང་མ་  
 གྲུབ་པར་ངེས་པའི་སྒྲོ་ནས་སྣང་བ་དང་རང་བཞིན་མ་གྲུབ་པ་འགལ་མེད་དུ་

ལྷུང་པའི་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་ཚུ་བླ་དང་མི་ལམ་རྒྱ་མའི་སྣང་བ་ལྟ་བུར་ཡིན་  
ཐག་ཚོད་པའི་ངེས་ཤེས་ཡང་དག་པ་སྒྲིམ་པའི་ཆོ་རྗེས་ཐོབ་སྒྱུ་མ་ལྟ་བུའི་ངེས་  
ཤེས་དང་མཚུངས་པ་སྟེ། དེ་ལྟ་མའི་གོ་ཡུལ་ལེགས་པོ་བྱུང་བ་ཡིན་ཡང་། དེ་  
ཙམ་གྱིས་སྒྲིམ་བུལ་དཔུ་མ་ཆེན་པོ་སོས་རང་གིས་རིག་པར་བྱ་བའི་ཆོས་དབྱིངས་  
ཀྱི་དོན་མཐོང་བ་མིན་པས། ཟུང་འཇུག་བརྗོད་པ་དང་བུལ་བའི་རང་ཞལ་  
མཇལ་ནས་དགག་སྒྲུབ་ཀྱི་རྟོག་པའི་འཛིན་སྣངས་མ་ལུས་པ་རྒྱབ་པའི་མཉམ་  
བཞག་ནམ་མཁའ་ལྟ་བུའི་སྒྲིམ་བུལ་ལ་ངེས་པ་བྱུང་བར་ཅན་འདྲོང་ན་ཐོས་  
བསམ་གྱི་སྒྲོ་ནས་ལྟ་བུའི་དབྱུད་བརྗོད་པའི་ཆོད་དེ་ཙམ་ལ་གསུངས་གྱུང་།  
སོས་རང་རིག་པའི་ཡུལ་དུ་གྱུར་པའི་ཆོས་དབྱིངས་དེ་སྒྲ་དང་ཆོག་གི་རྗེས་སུ་  
འབྲང་བའི་ཁ་བྱིར་བལྟས་ཀྱི་དབྱུད་བ་ཙམ་གྱིས་གནད་མི་མིག་པས་གཞན་  
ཕལ་གང་གི་སྒོ་ཡུལ་ལས་ཤིན་ཏུ་འདས་པར་མཐོང་ཞིང་སྒྲ་མའི་མན་ངག་དང་  
ལྟན་པའི་སེམས་ཀྱི་བཞག་ཐབས་ལ་མཁས་པ་དག་གིས་བདེ་སྒྲག་ཏུ་ངེས་པ་  
འདྲོང་རྒྱས་པ་འདི་ལ་དཔག་ནས་ལམ་གྱི་གནད་མ་ལོག་པར་ཤེས་པར་བྱའོ། །  
ཞེས་བཅིངས་པས་སོ། །

༥ ཐུག་ཆེན་པའི་གནས་འགྲུ་རིག་གསུམ་ཙམ་ལ་ཉམས་ལེན་བྱེད་ཐུབ་  
ན་མཐར་གྱིས་ཆོས་ཉིད་ཀྱི་བདེན་པ་མཐོང་བའི་གནད་ནི། སེམས་ཀྱི་ཆོས་  
ཉིད་བདེ་གཤེགས་སྒྲིང་བོ་ཡོད་པ་དང་། དེ་ལ་མན་ངག་གིས་གནད་དུ་བསྟུན་  
པའི་དབང་གིས་ཡིན་ཏེ། འདི་ལྟར་ཆོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཕ་བ་སེམས་ལ་ཐུག་  
པས་རང་སེམས་ཀྱི་གནད་བཙལ་ན་སེམས་ཀྱི་གསང་ཤེས་ནས་ཆོས་ཐམས་  
ཅད་ལ་མཁས་ཤིང་བདག་མེད་པའི་དོན་རྟོགས་པར་འགྱུར་བས། འདིར་  
རིགས་དཔྱད་མང་པོ་དོར་ཏེ་རྟོགས་ལྡན་གྱི་མན་ངག་ལྟར་བསྟེན་ན། ཁ་ནང་  
དུ་ཕྱོགས་ཏེ་རང་གི་སེམས་ལ་བལྟས་པའི་ཚེ། ཅི་ལ་ཡང་མི་འཕྲོ་བར་འདུག་  
ན་གནས་པ་ཞེས་བྱ། རྣམ་རྟོག་སྣ་ཆོག་མཁས་འཕྲོ་ན་འགྲུ་བ་ཞེས་བྱ། དེ་གཉིས་  
གང་བྱུང་ཡང་། དེ་ལྟར་རང་སེམས་རང་གི་རིག་བཞིན་པ་དེ་ལ་རིག་པ་ཞེས་  
ཟེར་ཏེ། དེ་ལྟར་རྒྱུན་དུ་བསྐྱུངས་ན་དག་འཇུག་གི་སྣང་བ་སྣ་ཆོག་མཁས་རང་སེམས་  
ལས་གར་ཞིང་དེ་ཉིད་དུ་ཐིམ་པའི་གནད་དེ་རང་གིས་ཤེས་འོང་། དེ་ཤེས་དུས་  
སྣང་བ་ཐམས་ཅད་སེམས་ཀྱི་རང་སྣང་དུ་ངོ་འཕྲོད་འོང་། དེ་ནས་གནས་སམ་  
འགྲུ་བའི་སེམས་དེའི་ངོ་བོ་ལ་ཅེར་གྱིས་བལྟས་པས་སྣ་ཆོག་མཁས་སུ་སྣང་ཡང་ངོ་  
བོ་ཅེར་ཡང་མ་གྲུབ་པའི་སྣང་བར་ཤེས་འོང་། སྣང་བ་ཞེས་པ་དེ་ཡང་ནམ་མཁའ་  
ལྟ་བུའི་ཆད་སྣང་ཞིག་མིན་ཏེ། ཀུན་ཤེས་ཀུན་རིག་གི་གསལ་ཆ་མ་འགག་  
བཞིན་རང་བཞིན་ཅིར་ཡང་མ་གྲུབ་པའི་རྣམ་ཀུན་མཆོག་ལྡན་གྱི་སྣང་ཉིད་དུ་  
ཤེས་འོང་། དེ་འདྲའི་སེམས་ཀྱི་གསང་གནད་རྟོགས་པའི་ཚེ་བལྟ་བྱ་དང་ལྟ་

བྱེད་ཐ་དད་དུ་མེད་ཀྱང་རང་བཞིན་གྱི་འོད་གསལ་བའི་སེམས་ཉིད་གཉུག་མ་  
ཉམས་སུ་ཁྱོང་བ་ལ། རིག་པ་ངོ་འཕྲོད་པ་ཞེས་བྱ་སྟེ། དུག་རྫོགས་ཀྱི་ངོ་སྤྲོད་  
ཀྱི་འད་དེ་ཡིན། ཁྱོད་ཐུབ་ན་འདི་འཆར་ཏེ། ས་ར་ཉམས། གདོད་ནས་དག་པ་  
ནམ་མཁའི་རང་བཞིན་ལ། བལྟས་ཤིང་བལྟས་ཤིང་མཐོང་བ་འགག་པར་  
འགྱུར། །ཞེས་སོགས་གསུང་བ་དང་། ཡུམ་ལས། སེམས་ལ་སེམས་མ་མཆིས་  
ཏེ་སེམས་ཀྱི་རང་བཞིན་འོད་གསལ་བའོ། །ཞེས་གསུང་བའི་དོན་ནོ། །འདི་  
ལས་སྒྲ་བ་མེད་དོ་ཉམས་སུ་ལེན་པ་གལ་ཆེ། མི་ཐམ་པས་སོ། །མདྲ་ལོ།

## ༩ གཅོད་ཡུལ་གྱི་རྣམ་བཞག་མདོར་ བསྟུས་བཞུགས།

མ་ཅིག་དོ་རྗེ་རྣལ་འབྱོར་མ་ལ་ཕུག་འཆལ་ལོ། །འདིར་མདོ་སྟགས་དགོངས་  
པ་རྒྱུང་འབྲེལ་ཟབ་དོན་གཅོད་ཀྱི་སྒྱི་གནད་བསྟན་པ་ལ། གཅོད་ཡུལ། གཅོད་  
བྱ། གཅོད་བྱེད། རི་ལྟར་གཅོད་ཚུལ་བཞི་དང་པོ་ནི། རི་ལྟར་ཤིང་གཅོད་པ་  
ན་གཅོད་ཅིང་འབྲེལ་བའི་ཡུལ་ནི་ས་གཞི་ཡིན་པ་ལྟར། འབྲི་བ་བཅད་ནས་  
ཞེན་མེད་དུ་གནས་པའི་ཡུལ་ནི་ཆོས་དབྱིངས་རིག་པ་བྱང་ཆུབ་སེམས་ཀྱི་གྲོང་  
ཡིན་ཏེ། དེ་ལ་གནས་པ་ནི་འཕགས་པའི་གནས་པ་རྣམ་ཐར་སྟོན་གསུམ་གྱི་



རང་བཞིན་ཅན་ནོ། །དེའི་རང་དབྱུང་བཞི་རྒྱ་བ་མེད་པར་ནམ་མཁའ་ལྟར་  
 མཉམ་པ་ལ་བདུད་བཞི་དབྱིངས་སུ་གཙོད་པའི་གཙོད་ཡུལ་ཞེས་གསུངས་སོ། །  
 གཙོད་བྱ་ནི་འབྲི་བ་སྟེ། ཉ་ལྟ་གས་ཀྱས་བཟུང་བ་བཞིན་དབྱུང་བཞི་དང་  
 འབྲེལ་བའི་དྲ་བ་ལྟ་བུ་ཡིན་ནོ། །གཙོད་བྱེད་ནི་བདག་མེད་རྟོགས་པའི་ཤེས་  
 རབ་སྟེ་རལ་གྱི་བཞིན་ནོ། །དེ་ཡང་བདག་མེད་པའི་ལྟ་བ་ལ་ངེས་ཤིང་ཁྱད་  
 བར་ཅན་འདྲོངས་བ་དགོས་ཤིང་། དེ་དག་ཀྱང་རིགས་པས་དབྱུད་པའི་སྟོབས་  
 གྱིས་སུ། ཅིག་ཆར་བ་དབང་པོ་སྒྲིན་པའི་གང་ཟག་ལ། སྒྲིན་བྱེད་ཀྱི་དབང་  
 རམ་བྱ་མས་རོ་སྒྲུད་པའི་མཐུ་ལས་ང་མེད་བདག་མེད་ཀྱི་ཚུལ་ཇི་བཞིན་སྒྲུང་  
 བའི་སྟོན་སུམ་སོ། །ཇི་ལྟར་གཙོད་ན་ཡུལ་བཞི་པོ་བདེན་པ་མེད་པར་མཐོང་བས་  
 ཡུལ་ཅན་དེར་འཛིན་གྱི་ཞེན་པ་ཆོད་པས་ན་ཡུལ་ཡུལ་ཅན་གྱི་བར་ལག་འབྲེལ་  
 བའི་འབྲི་བ་ཆད་པའོ། །དེ་ལྟ་བུའི་གཙོད་ཡུལ་གྱི་དོན་ཟབ་མོ་ཉམས་སུ་ལེན་  
 པ་ལ། རྟོ་རྟེ་ལྟ་བུའི་ཉིང་དེ་འཛིན་གྱིས་ལྟ་བའི་ཐག་བཅད། སྒྲུ་མ་ལྟ་བུའི་ཉིང་  
 དེ་འཛིན་གྱིས་བསྐྱོམ་པ་ཉམས་སུ་བྲུངས། དཔའ་བར་འགྲོ་བའི་ཉིང་དེ་འཛིན་  
 གྱིས་སྒྲུད་པའི་བོགས་དབྱུང་བ་གསུམ། དང་པོ་ནི། རྣམ་པར་རྟོག་པའི་འཇུར་  
 མདུད་ཀྱི་བསྐྱུད་པ་དང་བྲལ་བ་མི་རྟོག་ཡེ་ཤིས་རང་བྱུང་གི་སེམས་ཉིད་ཆོས་  
 སྒྲུ་ཆེན་པོར་ཡེ་ནས་གནས་པ་ཉིད་སྒྲིན་གྲོལ་གྱི་སྒྲོན་ནས་གཏན་ལ་ཐེབ་པ་སྟེ།  
 དེ་རྩ་བ་ལྟ་བུ་ཡིན། གཉིས་པ་ནི། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་བར་དུ་གཙོད་  
 ཅིང་མི་འདོད་པ་སྒྲུད་པའི་རིགས་བསྐྱུན་བཞིར་འདུ་བས་དེ་ཆོད་ན་བར་ཆོད་

གྱི་གཡུལ་ལས་རྣམ་པར་རྒྱལ་བས་ན་བདུད་བཞི་གཙོང་བ་ཡིན་སྟེ། མ་ཅིག་  
ཡེ་ཤེས་གྱི་མཁའ་འགྲོའི་ཞལ་ནས། ཐོགས་བཅས་ཡུལ་གྱི་འབྲི་བ་བཅད།  
ཐོགས་མེད་ཡིད་གྱི་འབྲི་བ་བཅད། དགའ་སྟོན་པའི་འབྲི་བ་བཅད། སྟེམས་  
བྱེད་བདག་གི་འབྲི་བ་བཅད། ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར། བདུད་གྱི་རྒྱར་སར་  
འཆིང་ཞིང་ལྟར་བ་ནི་རྣམ་པར་རྟོག་པའི་འབྲི་བ་བཅོན་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་ཡིན་  
པས་ན་དེ་གཙོང་དགོས་སོ། །དེ་གང་ལ་འབྲི་ན་སེམས་ཉིད་གྱི་རང་དུ་རྣམ་  
པར་རྟོག་པའི་སེམས་ལ་འབྲི་སྟེ། རོན་དམ་པར་སེམས་ཉིད་ལ་འབྲི་ཞིང་བཅོང་  
བ་མེད་ཀྱང་རྣམ་པར་རྟོག་པའི་དབང་གིས་འབྲི་བ་ལྟར་སྒྲུང་བ་ནི། མཁའ་  
ལ་སྦྱོན་འབྲིགས་པ་ལྟར་མི་རྟོག་པའི་རང་ཞལ་སྦྱིབ་ཅིང་། རི་བཞིན་མཐོང་  
བ་ལ་བར་དུ་བཅད་པའམ་འབྲི་བ་ཞེས་བཤད་དོ། །གང་འབྲི་ན་བདུད་བཞི་  
པོའོ། རི་ལྟར་འབྲི་ན་ཐོགས་བཅས་གྱི་རིགས་ནི་སེམས་དང་ཡུལ་དུ་འབྲེལ་  
བས་འབྲི་སྟེ། དེ་ཡུལ་དུ་བྱས་པ་ལས་ཆགས་སྒྲུང་དང་གཞོད་འཛིགས་མང་  
པོ་སྟེ་བ་ཡིན་པས་སོ། །ཐོགས་མེད་ནི་ཡིད་གྱིས་འབྲི་བ་སྟེ་ཡིད་ལ་ལམ་གྱིས་  
ཤར་བ་ཅམ་པོ་དེ་ཡལ་བར་མ་དོར་བར་ཆེད་ཆེད་འཛིན་པའི་དབང་གིས་ཀུན་  
ཉོན་སྣ་ཚོགས་འཁེལ་བའོ། །དགའ་ཞིང་སྟོན་པའི་བདུད་ནི་ཞེན་པས་འབྲི་བ་  
སྟེ། གང་ཞེན་པ་དེ་ལ་དེས་འཆིང་བ་ཡག་ལ་མི་གཙང་བ་བཞིན་ནོ། །འཕྲོ་  
ཞེས་སོགས་སྟེམས་པའམ་བདག་ཏུ་རྟོག་པར་བྱེད་པའི་བདུད་ནི་བདག་བདག་  
ཞེས་འཛིན་པའི་ཡུལ་གྲུབ་གྲུབ་མོ་འདྲ་བ་དེའི་རྩུལ་གྱིས་འབྲི་འོ། །དེས་ན་

གསུངས་འཛིན་གྱི་འཇུག་པ་དབྱིངས་སུ་མ་རྒྱབ་བར་དུ་ཐོགས་བཅས་ལ་སོགས་  
 པའི་ཡུལ་དེ་དག་གི་སྒྲུང་བ་ཅམ་མི་ལེགས་ཀྱང་། སྒྲུང་ཡང་མི་བདེན་ཞིང་བདེན་  
 བར་བརྒྱུད་ན་བདུད་གྱི་རྒྱར་སར་འཆིང་བའི་ཚུལ་ཅན་དུ་ཤེས་ནས་དེར་འཛིན་  
 པ་འཕམ་འབྲི་བ་ཆོད་པ་ནི་ལམ་གྱི་གཙོད་དང་། མཐར་གོམ་པ་གྲོང་དུ་སྐྱར་པ་  
 ན་སྒྲུང་ཞེན་ཐམས་ཅད་གོ་ལ་སྟེ་ཆོས་སྐྱེ་ཆེན་པོར་རོ་མཉམ་པ་ནི་འབྲས་བུའི་  
 གཙོད་དོ། །དེ་ལྟར་ན་འང་འབྲི་བ་ཇི་ལྟར་གཙོད་སྟམ་ན། གང་འབྲི་རྒྱུའི་ཡུལ་  
 བཞི་པོ་དེ་ལ་དེར་འཛིན་གྱི་དབང་གིས་དེ་དག་ཡུལ་བར་མ་དོར་བར་དང་དུ་  
 གྲུང་བས་ན་འབྲི་བ་བྱུང་བའི་ཕྱིར། ཡུལ་དེ་དག་རང་བཞིན་མེད་པར་ངེས་  
 པའི་སྒོ་ནས་དེའི་རྗེས་སུ་མི་འབྲང་བར་ཡང་། ཅེས་བརྗོད་པས་ལིང་གིས་བསྐྱར་  
 ཏེ་རོ་མཉམ་ཆེན་པོར་གནས་པ་ནི་འབྲི་བ་བཅད་པ་སྟེ། དེ་ལྟར་འབྲི་བ་ཆོད་  
 པ་དེ་ལ་ཡུལ་བཞི་པོའི་གཞོད་པ་རྒྱ་བའི་གོ་སྐབས་མེད་དེ། རྒྱ་རྣམ་བཞི་ཡིས་  
 བྱང་ཆུབ་སེམས་དབང་ལ་ལས་སྟོབས་ལྡན། བདུད་བཞིས་བྱབ་པར་དཀའ་  
 ཞིང་བསྐྱོད་པར་མི་རུས་ཏེ། སྟོང་པར་གནས་དང་སེམས་ཅན་ཡོངས་སུ་མི་  
 གཏོང་དང་། རི་སྐད་སྒྲུས་བཞིན་བྱེད་དང་བདེག་ཤེགས་བྱིན་རྒྱབས་ཅན། ཞེས་  
 གསུངས་བཞིན་ནོ། །དེས་ན་དེ་ལྟར་བདག་ཐོག་མ་མེད་པའི་དུས་ནས་བདུད་  
 གྱི་གཡུལ་དུ་ཡམ་སྟེ་བཞོད་མེད་གྱི་སྐྱུག་བསྐལ་ལ་ཁོར་མོར་སྦྱང་བ་འདྲི་ནི་འབྲི་  
 བ་མ་ཆོད་པས་ལན་ལ། འབྲི་བ་མ་ཆོད་པ་ནི་དངོས་པོའི་ཡིན་ཚུལ་མ་ཤེས་  
 པས་ལེན་ཅིང་། དངོས་པོའི་ཡིན་ཚུལ་ཤེས་ནས་འབྲི་བ་གཙོད་ཚུལ་འདི་ལས་

གཞན་དུ་འབྲི་བ་མ་བཅད་པའི་དཀར་ཆོས་ཅི་བསྐྱབ་ཀྱང་བདུད་གྲི་གཡུལ་ལས་  
དངོས་སུ་རྒྱལ་བའི་ཐབས་མེད་པར་ཐག་བཅད་ནས། དེ་ལྟར་ཡུལ་མ་གྲུབ་  
ཀྱང་བདག་གཅེས་འཛིན་གྱི་སྒྲོན་མ་ཉེས་པ་ཐམས་ཅད་བསྐྱེད་པ་དང་། བདག་  
ལྟོས་མེད་དུ་དོར་ཁིང་གཞན་གཅེས་པར་འཛིན་པ་ནི་ཡོན་ཏན་མཐའ་དག་གི་  
རྩ་བར་ཡིད་ཆེས་ནས། ད་ནི་བདག་སྒྲར་ནའོ་འཆིའོ་འཛིགས་སོ་སྒྲམ་པ་ལ་  
སོགས་པའི་གཅེས་འཛིན་འདི་ཡིང་གིས་དོར་ཏེ། ཡང་ནས་ཡང་དུ་མར་གྱུར་  
ཀྱང་གཞན་ལས་ཉོན་གྱི་དབང་གིས་འདྲེ་གདོན་དུ་གྱུར་པའི་གཙོར་བྱས་པའི་  
སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་སྒྲིང་རྗེ་ཆེན་པོའི་བང་ནས། འདི་དག་གནས་སྐབས་  
སུ་རང་གི་ཤ་ཁྲག་གིས་སྒྲིང་ཁིང་མཐར་བྱང་ཚུབ་ཆེན་པོ་ལ་འགོད་པའི་འདུན་  
པ་དྲག་པོས། སྤང་པོ་གཟན་དུ་བོར་སྒྲམ་དུ་ཁེ་ཐག་བཅད་ནས། གང་ཤར་  
སྒྲུ་མའི་ལམ་དུ་ཁྱེར་ཁིང་། ལྷག་པར་ན་ཆ་སྒྲུག་བསྐྱལ་འཛིགས་སྒྲུགས་སོགས་  
ཀྱེན་ངན་ལམ་དུ་སྒྲོང་ཅི་བྱས་སུ་བཟོ། །འདི་ནི་ལྷ་བ་ངེས་པའི་གང་ཟག་གིས་  
གང་སྤང་ལམ་དུ་ཁྱེར་བ་སྟེ་ལྷོན་པ་བཟང་པོ་ལྷ་བུ་ལམ་གྱི་དངོས་གཞིའོ། །

གསུམ་པ་ནི། ཉམས་ལེན་གནད་དུ་ཤབ་ནས་རང་རྒྱུད་ལ་ད་ལྟ་ཉིད་དུ་འགྱུར་  
བར་བྱ་བའི་སྤྲད་དུ་ཀྱེན་སྤང་གིས་མི་བརྗེ་བར་དཔའ་བར་འགོ་བའི་ཉིང་ངེ་  
འཛིན་གྱི་སྒྲོན་མ་སྒྲིད་པའི་བོགས་དབྱུང་བའི་སྤྲད་དུ་འཛིགས་པའི་གཉན་ཁྲོད་  
སོགས་སུ་འགོ་བར་བྱ་སྟེ། དེ་ཡང་ཐོག་མར་སྒྲོན་གྱི་དམིགས་པ་དང་། གཉན་  
སར་སོང་ནས་བར་དུ་ཟིལ་གཞོན་གྱི་དམིགས་པ་གཞུང་བཞིན་བྱ་ཁིང་། མ་

སྒྲིང་ན་སྒྲིང་བའི་དམིགས་པ་སོགས་བྱས་པས། བྱི་ནང་གསང་བའི་བསྐྱར་  
 ཚད་འབྱུང་ཞིང་། དེའི་ཆེ་རབས་ཀྱིས་བྱར་མེད་དུ་གནས། འབྲིང་གིས་གཏད་  
 བས་མི་རྟོག་པར་གཙུག། ཐམས་ཅིག་པ་དབྱིངས་དང་བསྐྱེས་ཏེ་སེམས་ཀྱི་  
 རང་བཞིན་ལ་སྦྱང་སྒྲིད་འབྱུགས་ཀྱང་ཅིར་ཡང་བྱར་མེད་པར་ཤེས་ཤིང་། ལུས་  
 རྒྱལ་ཅན་འདི་ཁྱར་དུ་ཡོད་པས་སྐྱུག་བསྐྱུལ་ཐམས་ཅད་འབྱུང་བར་ཟད་པས་  
 ཤ་ཁམས་ཁྲག་ཐིག་ཅམ་མེད་པར་ཟོས་ཤིང་། མ་ཟོས་ན་ཁྱོད་མིན་མ་བཏང་  
 བ་ང་མིན་སྟམ་དུ། ཆོ་འབྱུལ་འཛིགས་ཟིལ་ཅི་བྱུང་ཡང་བརྒྱུག་བྱོལ་འཐེན་  
 འཁྲི་ཅི་ཡང་མེད་པར་དུར་ཁྱོད་དུ་གཟན་འགྲུང་བྱས་པའི་རོ་བཞིན་སྟོམ་མེད་  
 དུ་གནས་ཤིང་ཟོས་ན་དག་འསྟམ་དུ་ཞེ་ཐག་བཅད་དེ་གནས་པར་བྱའོ། །དེའི་  
 རང་དུ་བསྐྱུར་བྱུང་པས་ཐོགས་ཤིན་ཏུ་ཆེ་ཞིང་ལྷ་འདྲེ་དང་རྣམ་རྟོག་རང་དབང་  
 དུ་གྱུར་བའི་ཆར་ཆད་འབྱུང་ཞིང་ཆར་ཆད་གདིང་དུ་གྱུར་བས་སྟོམ་མེད་རོ་མཉམ་  
 ཀྱི་ཆོད་ཆད་རྫོགས་པར་འབྱུང་སྟེ། དེ་ལྷ་བྱའི་ཉམས་ལེན་རང་རྒྱུད་དང་བཅོན་  
 ཐབས་ཀྱིས་འདྲེས་པ་ཡིན་པས་ན་གསུམ་པའི་ཚུལ་འདི་ནི་ཉམས་ལེན་རང་  
 རྒྱུད་ལ་གནད་དུ་ཕབ་པའི་འབྲས་བུ་བཟང་པོ་ལྷ་བྱ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྷ་ར་མ་ཅིག་  
 གི་ཐུགས་ཀྱི་མན་ངག་རིན་པོ་ཆེ་ལམ་གཞན་ལ་བསྐྱུལ་བརྒྱས་འབད་པའི་འབྲས་  
 བུ་ཞག་གཅིག་གིས་མདོན་དུ་འགྱུར་བར་བྱེད་པའི་གདམས་ངག་ཁྱད་པར་ཅན་  
 ཡིན་ནོ། །ཞེན་རྟོག་སྟོང་པའི་དབྱིངས་སུ་བཅད། །དེ་མ་རྟོགས་ལ་སྟིང་རྩེ་  
 བསྐྱེད། །སྟིང་དང་སྟིང་རྩེ་བྱང་འབྲེལ་ལམ། །ཨ་མའི་ཆོས་ལུགས་ནོར་བ་

ཀུན་མཁྱེན་མི་ལམ་རྒྱ་མཚོའི་གསུང་འབུམ།

མེད། །ཚུལ་དེར་འཇུག་པའི་སྒོ་ཙམ་ཞིག། །བརྗོད་ལས་བདག་གིས་དགོ་བསམས་  
བས། །འགོ་ཀུན་རྒྱལ་ཡུམ་ཆེན་མོ་ཡི། །གོ་འཕང་མཆོག་ལ་འཁོད་གྱུར་ཅིག།  
རང་སྐྱེས་པའི་ཡུལ་གྱི་རྟོགས་ལྡན་ལྟ་བུར་གྱི་བཀའ་སྐྱེལ་ནས་རབ་ཆེས་ལུགས་འབྲུག་རྒྱ་ཧེ་ཆེས་ཤལ་  
གཉན་སར་ཕྱིན་པའི་ཕྱིར་ཉིན་གང་གར་མི་ལམ་བས་བྱིས་པ་དགོ་ལེགས་འཕེལ་ལོ།།

༥ ། བ་མོ་གུ་རུ་བསྐྱེད་མཚུགས་ལྟེ། བྱིད་འདེབས་པ་ལ་ཐོག་མར་ཨོ་རྒྱན་སྒྲ་  
མའི་རྣལ་འབྱོར་བྱིན་རྒྱབས་ཆར་འབེབས་སྟེང་ནས་གཞུང་ལྟར་དམིགས་ཤིང་  
གྱིས་ཆོག་བདུན་གསོལ་འདེབས་འབུམ་འདོན་དུ་གཞུག་པས་བྱིན་རྒྱབས་གྱི་  
སྒོ་དབྱེད་ནས་སྐྱེན་མོང་སྟོ་ལྟོག་རྣམ་བཞི། སྐྱེན་མིན་སྐྱབས་འགོ་སོགས་ལྟ།  
དངོས་གཞི། རྫོགས་པ་ཆེན་པོའི་ཤིང་དང་གསུམ་ལས། དང་པོ་དལ་འབྱོར་  
རྟེན་དཀར་ལ། དལ་འབྱོར་གྱི་དོ་བོ་བསམ་བ། དེ་རྟེན་དཀར་ཚུལ་རྟེན་ན་  
དོན་ཆེ་བ། དེ་རྟེན་མི་ཟ་བར་ནན་ཏན་བསམ་པ་བཞི། དང་པོ་དལ་བརྒྱད་  
ནི། དབྱལ་བ། ཡི་དྲགས། རུད་འགོ། ལྷ་ཆེ་རིང་པོ་སྟེ་མི་མ་ཡིན་པའི་མི་  
ཁོམ་པ་བཞི། མཐའ་འཁོབ་གྲ་གྲོ། ལོག་ལྷ་ཅན། སངས་རྒྱས་མི་བྱོན་པའི་  
ཞིང་། དབང་པོ་ལྷག་པ་སྟེ་མིའི་མི་ཁོམ་པ་བཞི་དང་བྲལ་ཏེ་དལ་ཁོམ་ཚུལ་  
བརྒྱད་པོ་གོ་རིམ་དེས་ཅན་དུ་རེ་རེ་ནས་སྐྱེན་རེར་བསམ། གཅིག་ལེགས་པར་  
བསམ་པ་རྫོགས་ནས་གཞན་ལ་སྟོ། དེ་བཞིན་འབྱོར་བ་བཅུ། མིར་གྱུར། དབང་  
པོ་ལྷ་ཆར། ཡུལ་དབུས་སུ་སྐྱེས། ལས་མཐའ་མ་ལོག་ བསྐྱེད་ལ་དད་པ་སྟེ་

རང་འབྱོར་ལྷ། སངས་རྒྱལ་བྱོན། ཆོས་གསུང། བསྟན་པ་གནས། དེ་ལ་འཕྲུག་  
སྒོལ་ཡོད། བཤེས་སོགས་མཐུན་རྒྱུན་ཆོང་བ་སྟེ་གཞན་འབྱོར་ལྷ་འང་རེ་རེ་  
ནས། གྱི་མ་མིར་གྱུར་པ་ཡང་ཤིན་ཏུ་དཀོན་ཏེ། རན་སོང་གསུམ་སོགས་མང་  
ན་ང་ད་རེས་མི་ལུས་ཐོབ་པ་ཨེ་མ་སྟུམ་པ་སོགས་གཞན་ཀྱན་ལ་དེ་བཞིན་ལྷོག་  
ཕྱོགས་མང་བ་དང། རང་ལ་ཡོན་ཏན་དེ་ད་ལྟ་ཆོང་འཕྲུག་པས་ཆུད་ཆོས་གཏོང་  
མི་འོས་སྟུམ་པ་འི་བློ་བྱུང་དེས་རེ་བས་མས་ནས་ཐམས་ཅད་རྫོགས་པར་བསམ་  
མོ། །

གཉིས་པ་དལ་འབྱོར་བཙོ་བརྒྱད་པོ་དེ་རེ་རེ་འང་ལྷན་དཀའ་ན་རང་ལ་ཐམས་  
ཅད་ཆོང་འཕྲུག་པ་འདི་ཤིན་ཏུ་རྒྱེད་དཀའ། ཆོས་ཀྱི་རྟེན་བྱུང་པར་ཅན་འདི་  
ཤིན་ཏུ་རྒྱེད་དཀའ་འོ་ཞེས་སྒྲིར་བསམ། འདི་སྤར་ཡང་རྒྱེད་དཀའ། བྱིས་ཡང་  
ཡང་མི་རྒྱེད་པས་ད་ལྟ་དོན་ཞིག་བསྐྱབ་པར་བྱ་བསམ། བྱུང་པར་དུ་གངས་  
ཀྱི་སྒོ་ནས་དང། རྒྱུའི་དང། དཔེའི་སྒོ་ནས་ལུང་ལྟར་རྒྱུས་པར་བསམ།  
གསུམ་པ་རྟེན་འདི་འབྲུག་རྒྱེད་པའི་དུས་འདིར་ཡུན་གྱི་དོན་ཆེན་པོ་འབྱུང་པའི་  
ཐབས་འགྲིགས་པས་དོན་ཆུང་བ་དང། སྤྲིག་པའི་ལས་བགྱིད་པར་མི་འོས།  
འདི་ནི་ཁོར་བུ་བུམ་བཟང་སོགས་ཀྱིས་མི་མཆོན་པའི་རྒྱུ་མཆོན་བསམ། བཞི་  
པ་དེ་ལྟར་དོན་ཆེན་པོ་རྒྱེད་པ་འདི་དེ་སྤྱི་སྤྱོད་གཅིག་ཀྱང་དོན་མེད་འཕྲུག་པ་རེ་  
སྟོ། ། ད་ལྟར་དུ་འཛིན་ཅིང་སྟོང་པོ་མེད་པའི་རྟེན་འདི་ལས་ཡུན་གྱི་དོན་ཞིག་  
སྐྱབ་པ་ལས་དོན་མེད་ཆུད་ཟར་མི་བྱ་ཞེས་ཡང་ཡང་བསམ་ལ་བློ་རྒྱུད་འགྱུར་

བ་ཐོན་པའི་བར་དུ་ཅིས་ཀྱང་འབད། འདིའི་གྲུབ་འབྲས་སྒོ་ལ་སྤར་དང་མི་  
འདྲ་བའི་འཇུར་བ་ཐོན་བདེ་ཡིན། དེ་ཆེ་ཆུང་གང་རུང་མ་བྱུང་བར་གསལ་པོར་  
བསམ་དགོས།

གཉིས་པ་མི་རྟག་པ་ལ་དེ་ལྟར་རྟེན་དཀའི་རྟེན་ཐོབ་ཀྱང་རིང་དུ་མི་གནས་པར་  
སྒོ་ག་བཞིན་འཇུར་བར་བསམ་ཞིང་། དེ་ཡང་བྱི་སྡོད། བད་བཅུད། འཆི་ངེས།  
ནམ་འཆི་ཆ་མེད་བསམ་པ་བཞི། དང་པོ་དུས་བཞིའི་འཇུར་ལྷོག་དང་ཆགས་  
གནས་འཇིག་སྟོང་གི་སྤིད་པ་ཐམས་ཅད་སྤར་ཡང་ཞིག དེ་ཡང་རྩལ་ཐུན་མི་  
ལུས་པར་འཇིག བྱིས་ཀྱང་དེ་ལྟར་འཇུར་ཏེ་འདུས་བྱས་ཀྱི་རང་བཞིན་འདི་  
འདྲ་བའོ་ནའོ་སྟམ་དུ་བསམ། དེ་རྫོགས་ནས་གཉིས་པ་ནང་བཅུད་བྱིས་བསྐྱས་  
པ་ཐམས་ཅད་ཆེ་རིང་རམ་བྱང་ཡང་རུང་། ཐམས་ཅད་མཐར་མི་འཆི་བ་མེད།  
སྤར་ཡོད་དུག་ཞེན་ཐམས་ཅད་འདས། སངས་རྒྱས་དང་འཁོར་སྐྱུར་ཡང་འདས་  
ན་རང་ལྟ་བུ་ལྟ་ཅི། ཟུང་བར་ད་དུས་ཆེ་ཐུང་འདི་ལ་ཡིད་བརྟན་མེད། ལོ་བརྒྱའི་  
ནང་དུ་ཐམས་ཅད་གཅིག་ཀྱང་ལུས་མེད་ཚུལ་བསམ།

གསུམ་པ་རང་ག་ཞེན་ཐམས་ཅད་སྦྱེས་པའི་དུས་ནས་བརྩམས་སྐྱད་ཅིག་རེར་  
གསོད་སར་བྱིད་པ་དང་། རྒྱ་འབབ་པ་ལྟར་ཆེ་འཛད་པ་ལས་སྡོན་པ་མེད།  
སྦྱིགས་དུས་ཀྱི་ཆེ་ལོ་དུག་ཅུ་བདུན་ཅུ་ཅམ་འདི་ལ་ཡུན་ཅི་ཡོད། ད་སྤྱི་སང་  
བས་ཤེས་རྒྱལ་ཅིས་ཀྱང་ངེས་ཤིང་ཐག་ཆོད་པ་ནི་འཆི་བ་ཡིན། ཡིན་ཡང་  
བསམ་སྒོ་མ་ཐོང་བར་རེ་བསྐྱས་སྟམ་དུ་ངེས་པར་ཐག་ཆོད་པར་བསམ།



བཞི་བ་ཆོ་མཐར་ཐུག་པར་ཨེ་འདུག་མི་ཤེས། ཐམས་ཅད་འདུག་ཤོམ་གྱི་ངང་  
ནས་འཆི་ཚུལ། ཤས་སམ་གཞོན་པའི་སྐབས་ནས་འཆི་ཆ་མེད། འཆི་རྒྱུ་ནི་  
མང་། ཟས་ཟོས་པས་ནད་རེད་ནས་ཤི་བ་སོགས་དཔེ་ལས་ངེས་མེད་སྒྲ་ཆོགས་  
བསམས་ནས། ད་ལོ་ཡོད་ཀྱང་སང་ཡོད་གཤིན་གྲལ་དུ་ཡོད་ན་ཅི་ཆ། ལོ་  
སྟོད་གསོན་ཡང་ལོ་སྟོད་འཆི་འཇམ། དེ་བཞིན་དུ་ལྷ་སྟོད་ལྷ་སྟོད་ནས་ཐུང་བྱི་  
འཕྲེད་གྱི་བར་དུ་རེ་ཐུང་རེ་ཐུང་སྒྲོ་སྒྲ་བསྐྱངས་ལ་བསམ། དེ་ཅམ་ཨེ་འཆི་འཇམ་  
སྒྲམ་ན་མི་འཆི་བའི་གདེང་མེད་ཚུལ། འཆི་རྒྱུ་ངེས་པ་མེད་ལུགས། ཆོ་ཡི་  
འཕེན་པ་ཅི་ཡོད་ཆ་མེད་ཐམས་ཅད་གསོན་དུ་རེ་བ་དང་མི་ཤི་བའི་འདུན་པ་  
བྱེད་གྲལ་ཁོ་ནའི་ངང་དུ་འཆི་བ་ལས་མེད་ན། རང་གིས་རང་བསྐྱུས་ཏེ་མི་འཆི་  
སྒྲམ་པས་ཅི་བྱ། ད་དུང་མི་འཆི་སྒྲམ་ངང་སྒྲོ་བུར་མི་འདོད་བཞིན་འཆི་བ་ཐོག་  
ལྟར་འབབ་བ་ཡིན་སྒྲམ་དུ་ངེས་མེད་འདི་གཙོ་ཆེར་བསམས་ནས་ཐུར་དུ་ཆོས་  
ཤིག་བྱ། འཆི་ཁར་དབུགས་སྒྲེ་རིང་ཐུང་སར་སྒྲེབ་དུས་ཆོས་དྲན་པས་མི་པན།  
ད་ངེས་ནད་སོགས་རང་དབང་མེད་པ་ཅི་ཡང་མེད་སྐབས་འདིར་ཆོས་ལ་ཅིས་  
མི་འབད་སྒྲམ་པའི་སྒྲོ་སྒྲ་ཐུང་ཏེ་རེ་མ་སོང་བར་བསམ་མོ། །

གསུམ་པ་ལས་རྒྱ་འབྲས་ལ། སྤྱི་བྱེ་བྲག་བསྐྱུ་མེད་སྒྲ་དོར་འདོད་པ་བཞི།  
དང་པོ་ནི་སྤྱིར་འཁོར་འདས་ཀྱི་སྒྲ་འཆུལ་ཐམས་ཅད་རྒྱ་འབྲས་ཏེན་འབྲེལ་སྤྱི་  
མེད་གྱི་དབང་གིས་ཡིན་ཞིང་ཁྱད་པར་བདེ་བ་སྤྱ་རགས་ཐམས་ཅད་དགོ་འབྲས།  
མི་བདེ་བ་ཐམས་ཅད་མི་དགོ་བའི་འབྲས་སུ་ལ་རག་ལས་ཏེ་རང་དབང་མེད་

ཚུལ་བསམ་མོ། །

གཉིས་པ་བྱེ་བྲག་རྩ་བསམས་པ་ནི། དག་མི་དག་བརྩའི་ལས་རེ་རེ་བཞིན་  
ནམ་སྒྲིན། བྱེད་པ་དང་མྱོང་བ་རྒྱ་མཐུན་བདག་འབྲས་ནམས། སྒྲིས་ལུ་བྱེད་  
འབྲས་གང་བྱས་དེ་འཕེལ་ཆེ་རབས་བརྒྱད་མར་རྒྱས་ཞེས་གསུངས། འདི་  
བརྩེས་ན་ལཱ་འོང་ངོ་། མྱོང་ཚུལ་ཞིབ་མོ་གོ་རིམ་བཞིན་མཐར་ཆགས་སུ་བསམ།  
གསུམ་པ་ནི་ལས་འབྲས་སྤྱོད་པ་མེད་པས། སྤྱིད་པ་ཐ་མ་པ་ནམས་ལའང་སྒྲིན་  
ཚུལ་དང་། ད་ལྟ་སེམས་ཅན་གྱི་བདེ་མི་བདེ་སྣ་ཆོག་ས། སངས་རྒྱས་ཀྱི་བྱག་  
གིས་ཀྱང་མི་ཞིགས་པ་འདི་བཞིན་ལས་འབྲས་ནི་ནམ་ཡང་མི་བསྐྱུ་བར་ཡིད་  
ཆས་བསྐྱེད་ལ་བསམ།

བཞི་པ། དེས་ན་དག་སྤྲིག་གི་ལས་ཐུ་མོ་ཡང་། རང་བྱས་རང་ལ་སྒྲིན་པ་ལས་  
འོས་མེད་པས་སྒྲིན་དང་དྲུག་གི་རྒྱས་པ་ལྟར། རང་དོན་གེས་པས་སྤང་དོར་  
འཚུག་མི་ཉན་ཚུལ་ནན་ཏན་བསམ་ཞིང་། རང་དོན་སྤྱོད་པ་ལ་ལས་ནམས་  
སྤང་དོར་ཚུལ་བཞིན་བྱ་བ་ལས་གཞན་མེད་པར་ཐག་ཆོད་པའི་བར་དུ་བསམ་  
མོ། །

བཞི་པ་འཁོར་བའི་སྤྲུག་བསྐྱེད་པསམ་པ་ལ། བྱེ་བྲག་རྩ་བསམ་པ། སྤྱིར་  
བསམ་པ། དེ་ལ་ཞེན་པ་བརྟོག་པ། དེས་འབྱུང་གི་བསམ་པ་བསྐྱེད་པའོ། །  
དང་པོ་རན་སོང་གསུམ་མཐོ་རིས་གསུམ་སྟེ་རིགས་དྲུག་སོ་སོ་ནས་སྤྲུག་བསྐྱེད་  
ཚུལ་ནན་ཏན་བསམ།

གཉིས་པ། འཁོར་བ་མཐོང་མན་གང་ཡིན་ཡང་། ལྷག་བསྐྱེད་གསུམ་གྱིས་  
 བཅིངས་པ་དང་། ཁྱད་བར་མི་རྟག་པ་དང་འདྲ་བྱེད་གྱིས་བཅིངས་པ་ལ་བསམས་  
 བསྐྱེད་ཉོན་མེད་རེས་ཐག་ཆོད་བྱ། གསུམ་པ་དེ་འདྲིའི་འཁོར་བ་ལྷག་བསྐྱེད་  
 གྱི་རང་བཞིན་ལ། བདེ་བར་སེམས་པའི་རང་སེམས་ཕྱིན་ཅི་ལོག་འདི། ཇི་  
 ལྟར་སྦྱིད་ཀྱང་མི་ངོམས། ཇི་ལྟར་ལྷག་ཀྱང་མི་སྦྱོ་བས་འཁོར་བ་ལས་མ་ཐར་  
 བར་ལྷག་བསྐྱེད་གྱི་འདམ་དུ་ཚུད་པའི་རང་མཚངས་ནན་ཏན་བསམ་མོ། །  
 བཞི་པ། འཁོར་བ་འདིར་སྦྱེ་བའི་ཁ་བརྒྱད་པས་ལྷག་བསྐྱེད་ཆོད་མེད་མཐའ་  
 མེད་མྱོང་བ་ལ་གིན་ཏུ་ཡིད་དབྱང་ནས་ད་རེས་གཏན་དུ་བདེ་བའི་གོ་འཕང་བརྒྱབ་  
 བར་བྱའོ་སྟམ་དུ་བསམ་མོ། །འདི་ཀྱན་སོ་སོར་བརྟག་པའི་དབྱང་སྟོམ་ཡིན་  
 བས། ཡང་ནས་ཡང་དུ་ཐབས་ཚུལ་སྣ་ཆོག་ས་གྱི་སྟོན་ནས་བསམ་དགོས་སོ། །  
 གཉིས་པ་ཐུན་མིན་སྟོན་འགོ་ལྷ་ལས་དང་པོ། དེ་ལྟར་འཁོར་བ་ལྷག་བསྐྱེད་  
 གྱི་རྒྱ་མཆོལ་ས་སྦྱོབ་པའི་སྦྱབས་དགོན་མཆོག་གསུམ་ཁོན་ར་རེས་ལ། དེ་ཡང་  
 གསང་སྒྲགས་ནང་གི་སྦྱབས་ཡུལ་ཅུ་གསུམ་སོགས་སྦྱབས་ཡུལ་ངོས་བཟུང་།  
 རང་གཞན་ཐམས་ཅད་དུས་འདི་ནས་བྱང་ཆུབ་སྣིང་པོའི་བར་དུ་སྦྱབས་ཡུལ་  
 དེ་ལ་སྦྱབས་སུ་མཆོངས་སྟམ་བས། མདུན་མཁའ་དབུས་སུ་བླ་མ་ཨོ་ཀྱན་དོ་ཇེ་  
 འཆང་། དབུ་གཙུག་ཏུ་བརྒྱད་པའི་བླ་མ། མདུན་དུ་ཤུ་ཀྱའི་རྒྱལ་པོ་སོགས་  
 སངས་རྒྱལ། གཡས་སུ་ཉེ་སྟམ་བརྒྱད་སོགས་ཐེག་ཆོན་བྱང་སེམས། རྒྱལ་ཏུ་  
 ལུང་རྟོགས་གྱི་ཆོས་མཆོན་པ་སྟེགས་བས། གཡོན་དུ་ཉན་ཐོས་མཆོག་བརྒྱད་

སོགས་ཐེག་དམན་དགེ་འདུན། བར་གྱི་བར་སྤང་ལ་ཡི་དམ་རྒྱུད་མེད་ལྟ་ཆོགས།  
མཐའ་སྒོར་དཔའ་བོ་མཁའ་འགོ། ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཆོས་སྒྲོང་སྤང་མ་དང་བཅས་  
པའི་སྐྱབས་གནས་ཀྱན་འདུས་སུ་དམིགས། དེའི་མདུན་དུ་རང་དང་པ་མས་  
ཐོག་དངས་པའི་སེམས་ཅན་མ་ལུས་པ་ཀུན་གྱིས། སྒོ་གསུམ་གྲུས་པ་ཆེན་  
པོས་སྐྱབས་སུ་འགོ་བར་བསྐོམས་ནས། སྤིང་ཁོང་རུས་པའི་གཏིང་ནས་ཡིད་  
འཁུལ་པའི་སྐྱབས་འགོའི་ཆོག་གསོག། ཐུན་མཐར་སྐྱབས་ལུལ་འོད་ཁྱེད་  
སོགས་སེམས་ཅན་ཀུན་ལ་ཐིམ་པས་ཐམས་ཅད་སངས་རྒྱས་པར་བསམ་ཞིང་།  
དགེ་བ་བསྐྱོར་བར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་སེམས་བསྐྱེད་པ་ལ། རྒྱས་པར་ཐེག་ཆེན་ལམ་གྱི་ཁྱད་པར་བྱེད་ཆོས་  
སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་ལན་ཡོན། སྒོམ་པ་ལེན་ཚུལ། བསྐྱབ་བྱ་སོགས་བཤད། བསམ་  
བྱའི་རོ་བོ་ནི། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་པ་མར་ཤེས་ཤིང་བུམས་སོགས་ཆད་  
མེད་བཞི་ཡི་སྒོ་སྤྱངས་པའི་རྒྱ་ལས། སེམས་ཅན་གྱི་དོན་དུ་བདག་ཉིད་སྤྱོད་  
མེད་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་སུ་འགྲུབ་པ་ཞིག་བྱ་སྒྲམ་དུ་སྤྱིང་  
ཐག་པ་ནས་བྱང་ཆུབ་མཆོག་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་ལ་ཆོགས་ཞིང་སྤྱར་ལྟར་གསལ་  
པའི་སྐུན་སྤྱར་རང་གཞན་ཀྱན་འཁོད་པར་དམིགས་ནས། སེམས་བསྐྱེད་ལེན་  
པའི་དམ་བཅའ་བརྟན་པོས་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་ཆོག་གང་ཡོན་འབུམ་ཐུག་གཅིག་  
བསམས། ཐུན་མཐའ་གོང་དང་འདྲ།

གསུམ་པ་སྤྲིག་སྒྲིབ་སྤྱིང་པའི་ཐབས་ཀྱི་གཙོ་བོ་རྫོང་སེམས་སྒོམ་བསྐྱས་ཡིན་

ཚུལ་སོགས་སྒྲོ་བ་བསྐྱེད་ནས། སྒྲི་བོར་བརྒྱ་ཟུལ་ལ་དོ་རྩེ་སེམས་དཔའ་  
གསལ་བདུབ། སྒྲོ་བས་བཞི་ཆར་བས་བཤག་པ་དང་ལྷན་པའི་སྒྲོ་ནས་བདུད་  
ཅི་འབེབས་སྒྲིང་གི་དམིགས་བས་ཡིག་བརྒྱ་བརྒྱ། མཐར་སྒྲི་བོའི་ལྷ་འོད་དུ་  
ཁྱེན་ས་རང་ལ་ཐིམ། རང་དང་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་དོ་རྩེ་སེམས་དཔའ་  
གསལ་བའི་ཞལ་ནས་རྣམས་ཀྱི་སྒྲ་སྒྲོག་པར་བསམ་ལ་ཡིག་དུག་བརྒྱ། ཐུན་  
བསྐྱེད། །

བཞི་བ་ཆོགས་བསམགས་ཀྱི་གཙོ་བོ་མཆོལ་ཡིན་ཚུལ་དང་། རང་གི་ལུས་ལོངས་  
སྒྲིང་དུས་གསུམ་དགེ་བའི་དངོས་པོ་རྒྱར་བྱས་པ་ལས་བྱུང་བའི་སྒྲིང་གི་སྒྲིང་  
བརྒྱད་ཀྱི་འཛིག་རྟེན་བཀོད་པས་བརྒྱ་བའི་མཆོལ་འབུལ་བའི་དམིགས་འདུན་  
དང་། དག་པ་སྒྲུ་གསུམ་ཀྱི་ཁིང་གིས་བསྐྱེས་པའི་དཔལ་འབྱོར་བཅས་ཆོགས་  
ཁིང་གོང་ལྷར་གསལ་བའི་མདུན་དུ་བུལ་བའི་ཡིད་ཀྱིས་མཆོལ་གྲངས་བསམ་  
གོ། །

ལྷ་བ་ཕྱིན་ལྷབས་འབེབས་ཤིང་རྟོགས་པ་སྒྲེ་བའི་སྒྲིང་དུ་ལམ་ཟབ་སྒྲ་མའི་རྣལ་  
འབྱོར་ལ། ཕྱིན་ལྷབས་ཀྱི་རྩ་བ་ཡིན་ཚུལ་དང་། དམིགས་ཤིང་ལེགས་པར་  
བཤད་ལ་ཡན་ལག་བདུན་བའམ། གསོལ་འདེབས་སོགས་འདོན་བཞིན་ཕྱག་  
འབུམ་ཕྱག་བསམག་པར་བྱ་ཁིང་། དེ་རྩེས་གསོལ་འདེབས་དང་སྒྲུག་སྒྲེ་སྒྲ་མའི་  
རྣལ་འབྱོར་དངོས་གཞི་དང་། ཐུན་ཀྱན་ཀྱི་མཐར་དབང་བཞི་ལེན་ཁིང་། ཐུགས་  
ཡིད་བསྐྱེས་ལ་རང་བབ་གཞུག་མར་མཉམ་པར་གཞག་པར་བྱའོ། །དེ་ནས་

དངོས་གཞིའི་ཁྱིད་ལ་སྒྱུད་པ་ནམ་སྒྱུད་སོགས། ཚན་ལྷ་སྒྲ་མ་སྒྲ་མའི་སྒྱུད་པ་  
བརྟན་པར་བྱས་ནས་ཕྱི་མ་ཕྱི་མ་རིམ་བཞིན་ཁྱིད་དུ་བཟུང་བས་ཉམས་ཏྲོགས་  
ཀྱི་དྲོད་ཐོབ་པར་བྱའོ། །འདི་ནི་ཁྱིད་འདེབས་པའི་རྩ་ཐོ་ཙམ་དུ་མི་ཡམ་པས་  
བཀོད་པ་དག་ལེགས་སུ་སྒྱུར་ཅིག་ མཆོ་ལོ། །

### ༡ བད་སྒྱུད་བདུད་ཅིའི་ཆར་རྒྱན་བཞུགས་སོ། །

ནམ་གྱི་རུ་རྟེ་ཏུ་རྩ་རྩ་ལ། ཟུག་རུ་འབྱེན་པ་སྒྲ་ན་མེད། །བདེ་གཤེགས་སྒྲས་  
བཅས་ལ་བཟུང་ནས། །སྒྲ་བསྒྲལ་ནད་ཀྱི་འདམ་སྒྱུད་བ། །ཤེས་རབ་བདུད་  
ཅིའི་ཆར་རྒྱན་སྟེ་ལ། །དེ་ལ་གང་ཟག་ཞིག་སྟོན་དུ་གིས་མནར་བ་དེས། བད་  
དེ་ལ་བསྟེན་ནས་སྒྲིབ་པ་བྱང་ཚོགས་རྫོགས་གཏན་དུ་ནད་ཀྱི་འདམ་ལས་ཐར་  
བའི་ཕྱིར་འདི་ལྟར་སྒྲོ་སྒྱུད་བར་བྱ་སྟེ། དེ་ལ་ནད་ཡོན་ཏན་དུ་བརྟམས་ནས་སྒྲིབ་  
པ་བྱང་བའི་སྒྲོར་ཤེས་པ་དང་། བད་སྒྲོབ་དཔོན་དུ་ཤེས་ནས་བག་ཡོད་པར་  
བྱ་བ་དང་། བད་ལམ་གྱི་གྲོགས་སུ་ཤེས་ནས་སྒྲིན་སོགས་ཀྱི་ཉམས་ལེན་ལ་  
འཇུག་པ་སྟེ་གསུམ་ལས། དང་པོ་ནི་འཁོར་བ་འདི་ན་སྒྲ་བསྒྲལ་སྒྲ་ཚོགས་  
ཤིན་ཏུ་རྒྱ་ཆེ་ལ། དེར་རང་དབང་མེད་པར་སྒྲེ་བའི་ལས་ཅན་བདག་ཅག་ ཡུད་

ཅམ་བདེ་བའི་ཆོ་ལའོར་བའི་སྤྲུག་བསྐྱེད་མི་བསམ། རང་གི་དོན་མི་རྒྱུ་བ་བར་  
བག་མེད་དུ་གནས་པ་ལ། བད་ཀྱི་སྤྲུག་བསྐྱེད་འདིས་བག་མེད་དང་དྲེགས་  
བ་སོགས་སྒྲིན་སེལ། སྒྲིབ་བ་བྱང་བའི་སྒྲོ་བྱང་བར་ཅན་སྟེ། སྒྲོད་འཇུག་ལས།  
གཞན་ཡང་སྤྲུག་བསྐྱེད་ཡོན་ཏན་ནི། སྒྲོ་བས་དྲེགས་བ་སེལ་བར་བྱེད། ཞེས་  
གསུངས་པ་བཞིན་ཏེ། སྤྲུག་བསྐྱེད་ལ་སྒྲོ་བའི་འདུ་ཤེས་ཀྱིས་ལའོར་བ་ལས་  
ངེས་འབྱུང་གི་སྒྲོ་སྒྲེབ་སོགས་ཡོན་ཏན་ཀྱང་གྲིག་ཞིར་འགྱུར་བ་ཡོད་དོ། །བྱང་  
བར་དུ་སངས་རྒྱུས་ཤུག་ཐུབ་བའི་ཞིང་ཚོད་ལྷན་མི་མཛེད་འདིར་མགོ་ན་བ་  
ཅམ་གྱིས་དཔུལ་བ་མནར་མེད་བའི་སྤྲུག་བསྐྱེད་ཡང་བྱང་བར་འགྱུར་བ་མདོ་  
སྟེ་དུ་མ་ལས་ཡང་ཡང་གསུང་བ་ལྟར། སངས་རྒྱུས་ཀྱི་ཐུགས་སྒྲིབ་ཀྱིས་ཞིང་  
འདི་མ་དག་པ་སྟོགས་མ་དང་ལྷན་བའི་སྤྲུག་བསྐྱེད་ཆེ་ཡང་སྟོང་སྟོང་བས་ཆེན་  
པོའི་སེམས་དབང་ལྟར་དུ་སངས་རྒྱུ་བ་རྣམས་འདིར་སྒྲེས་ནས་རྫོགས་སྒྲིབ་སྒྲིབ་  
བ་ཆོན་པོ་ཆེ་འགྲུབ་བ་ཡིན་པས་ད་ལན་རང་གི་ནད་འདིས་ཀྱང་སྒྲོན་ནས་  
བསགས་པའི་ལས་ངན་དུ་མ་འདག་ངེས་པས་སྒྲོ་བར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་བདག་གི་ནད་འདི་ལས་ཆེས་ཐུབ་པའི་ངན་སོང་གསུམ་སོགས་ཀྱི་སྤྲུག་  
བསྐྱེད་བཟོད་དཀའ་ལ་ཡུན་རིང་བ་དག་རང་གཞན་ཐམས་ཅད་དེ་སྒྲ་སྒྲེབ་  
ལུ་མེད་པར་བྱོང་། ད་ཡང་རང་གིས་ཐར་པ་དོན་དུ་མ་གཉིར་ན་སྒྲེབ་ལུ་མེད་  
པར་སྤྲུག་བསྐྱེད་བྱོང་དགོས་པར་འདུག་ཀྱང་། བདག་གིས་དེ་སྒྲ་མ་ཤེས།  
ད་ནི་ནད་འདི་ཅམ་ཡང་བཟོད་དཀའ་ན་འདི་ལས་ཆེ་བའི་སྤྲུག་བསྐྱེད་ལུ་མེད་

པ་ཇི་ལྟར་བཞོད་དེ། དེ་ནི་སྤྱལ་བསྐལ་ལས་གཏན་དུ་འདེམ་བའི་ཐབས་སངས་  
རྒྱལ་གྱི་བསྐལ་པ་རིན་པོ་ཆེ་གནས་པའི་སྐབས་སུ་ཁེལ་བས་ཅི་ནས་ཅུང་ཟད་  
མ་གྱིན་ཆེ་འདི་ལ་འཁོར་བའི་རྒྱ་མཚོ་ལས་བཀྲལ་བར་ཅིས་ཀྱང་བྱ། གལ་  
ཏེ་དེ་ལྟར་མ་གྲུབ་པར་ནད་འདིས་གྱིན་འདུས་གསུམ་ལུས་ལོངས་སྤྱོད་དགོ་  
བའི་དངོས་པོ་རྒྱལ་བ་སྐས་བཅས་ལ་ཐུལ་ནས་འདི་རྗེས་ཀྱི་སྐྱེ་བ་དེ་ལ་བླ་མེད་  
བྱང་ཆུབ་ཆེན་པོར་ཐོབ་པའི་སྒྲོན་ལམ་དུག་པོ་བྱ་སྟེ་སྒྲོན་ལམ་ནི་ཆུད་ཟ་བར་  
མི་འབྱུང་རོ་སྒྲམ་དུ་སེམས་བསྐྱེད་པ་དང་། གཞན་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་  
སྤྱལ་བསྐལ་གྱི་རང་བཞིན་ལ་གནས་ཀྱང་། དེ་ལྟར་མི་ཤེས་པར་ད་དུང་མཐའ་  
མེད་པའི་འཁོར་བར་སྤྱལ་བསྐལ་མྱོང་བ་དེ་ཐམས་ཅད་ནི་མི་ཤེས་པའི་ཐུན་  
བས་ཡིད་བསྐྱབས་ཏེ་རང་དབང་མེད་པ་ཡིན་པས་དེ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྤྱལ་བསྐལ་  
བསལ་ཞིང་ཐུལ་དང་ཡུན་དུ་བདེ་བའི་སྐལ་བ་བདག་གིས་སྐྱབ་པར་བགྱིའོ། །  
དེ་ལྟར་བགྱིད་ལྷན་པར་བླ་མ་དགོན་མཚོག་གསུམ་གྱི་ཕྱིན་གྱིས་བསྐྱབ་དུག་སོལ་  
སྒྲམ་པ་ཡང་ཡང་བྱའོ། །མདོར་ན་སྤྱལ་བསྐལ་གྱི་ཅི་ཙམ་མནར་བ་དེ་བཞིན་  
སྤྱད་ནས་རང་དང་གཞན་གྱི་དོན་སྐབས་པོ་ཆེ་རྒྱལ་བའི་གོ་ཆ་བརྟན་པོ་གྱོན་ཏེ་  
ཕྱིན་ཆད་བག་ཡོད་པར་བྱ་དགོས་ཏེ། བདག་དེ་སྤྱལ་བའི་ཐམས་ལས་ཉོན་  
གྱིད་བང་དུ་གྱུར་པས་མི་འདོད་བཞིན་ནད་འདི་མྱོང་། །སྤྱལ་བསྐལ་ཐར་པ་ཐོབ་  
ནད་ལྟ་ན་རྒྱ་གལ་ཡོད། དེ་ཙམ་དུ་མ་ཟད་ལས་རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་སྤྱང་དོར་ཚུལ་  
བཞིན་བྱས་ཡོད་ནའང་སྤྱལ་བསྐལ་འབྱུང་བ་མི་སྲིད་ཀྱང་། བདག་དེ་སྤྱལ་བའི་



མེད་པས་རྒྱུད་པ་འདི་སྒྲིང་བར་ཟད། ད་ཕན་ཆད་དེ་ལྷ་ལྷར་མི་བྱ་བར་ཅུང་ཟད་  
 མ་གྱིན་འདོར་ངེས་ཀྱི་ལུས། བད་ཀྱི་གྲོང་ཁྱེར། སྐ་བས་ཉིན་བཞིན་འཛེམས་  
 པ་འདི་ལ་ཡིད་བརྟན་མི་བྱ་བར། རྒྱ་ཅན་འདི་ལ་བརྟེན་ནས་ཆོག་སྒྲུབ་ས་  
 རོ་ཆེ་འགྲུབ་ནས་འཆི་ཁར་རྒྱ་བ་ཉ་གང་བ་ལྟ་བུའི་སེམས་ཤེ་བ་ཡོངས་སུ་རྒྱུགས་  
 ཤིང། བྱི་མ་ཕན་ཆད་ཕན་བདེ་ལུན་སུ་མ་ཆོག་ས་པའི་རྒྱ་ལ་ཅིས་མི་འབད་སྒྲུམ་  
 ཏུ་བག་ཡོད་པ་བརྟན་པའི་སེམས་སུ་བྱའོ། །གཞན་ནད་མེད་པ་ན་དགོ་བ་ལ་  
 བརྩོན་མི་རུས་པ་དག་ནད་ཀྱིས་སྒྲག་ནས་ཕྱག་བསྐོར་སྒྲིབ་སྒྱུར་སོགས་ལ་འཇུག་  
 པས་ན་ནད་དགོ་པའི་བཤེས་གཉེན་དུ་གྱུར་བའང་ཡོད་པས་རྒྱུན་ནད་དེ་ལ་  
 བརྟེན་ནས་དགོ་ཅ་བསྒྲུབ་པ་དང་། སྒྲོ་སྒྲིང་པས་ལམ་གྱི་གོགས་སུ་འགྱུར་  
 བའི་ཐབས་མཁས་ལ་བརྟེན་པར་བྱའོ། །ཁྱད་པར་དུ་ཆོས་སྒྲུབ་དང་། གཅོད་  
 པ། ཉམས་ལེན་པ་ལྟ་བུ་ཡིན་ན། ང་ནི་གཞན་ལ་ཆོས་བཤད་གཞན་མགོ་  
 འདྲེན་པ་ཡིན་ཀྱིས་ལ་ད་ངེས་རང་ཐོག་ནད་བབ་པ་འདིས་རྒྱུན་ངན་ལམ་དུ་  
 ཞེ་སྒྲོང་དང་། རང་གི་ཉམས་ལེན་གནད་དུ་ཞེ་རྒྱུད་ཀྱི་དྲོད་ཆད་སྒང་ལ་འདེགས་  
 པ་ལྟ་བུ་ཡིན་པས་རང་རྒྱས་རང་གིས་བླངས་ནས་ད་ཕན་སྒྲིད་ཆོས་མཛེས་ཆོས་  
 ཀྱིས་སྒྲོན་ན། ལྟོ་འགྲངས་ཉི་མའི་དྲོས་ཆེ་ཆོས་པའི་གཞུགས། རྒྱུན་ངན་ཐོག་  
 ཏུ་བབ་དུས་ཐམས་པ། ཞེས་པའི་རྒྱལ་དུ་མ་སོང་བ་ཞིག་ནད་ཐེབས་འདི་ལ་  
 བྱའོ་སྒྲུམ་པས་རྒྱུན་ངན་ཉམས་ལེན་གྱི་གོགས་སུ་འཁྱེར་ཅི་རུས་བྱ་དགོས་ལ།  
 དེ་རབ་ལྟ་སྒྲོམ་གྱི་རང་དུ་འཁྱེར་འབྱིང་སྒྲོ་སྒྲིང་དང་སྒྲུ་མར་ཤེས་ཤིང་ཆོག་ས་

རྫོགས་སྒྲིབ་སྒྱུར་གི་སྒྲོན་ལམ་གྱི་སྒྲོན་ནས་ལམ་དུ་ཁྱེར། ཐམས་ཀྱང་འདི་ན་རི་  
སྐད་བཤད་པའི་འདུ་ཤེས་བསྐྱར་བའི་ཚུལ་རང་གི་ཉམས་འོག་ཏུ་གང་ཚུད་སྒོ་  
ལ་གང་དང་ཅི་འཐད་གྱི་སྒྲོན་ནས་ནད་ལམ་དུ་ཁྱེར་བར་བྱའོ། །

གསུམ་པ་ལ་དུག་ལས། དང་པོ་སྦྱིན་པར་སྒོ་སྒྱུར་བ་ནི། འཁོར་བའི་སྤང་བ་  
འདི་དག་མི་རྟག་པ་དང་སྟུག་བསྐྱལ་བ་དང་། བདག་མེད་པ་ཡིན་ཡང་བདག་  
གིས་མ་ཤེས་ཀྱང་། བད་འདིས་མཆོན་ནས་སྟུག་བསྐྱལ་རྣམ་པ་སྣ་ཆོག་ས་  
ཡོད་པ་དང་། སྐད་ཅིག་གིས་མི་རྟག་པ་དང་། ལུས་སེམས་ལ་དབྱད་ན་དུ་མ་  
ཆོས་ཅམ་ལས་བདག་ཅེས་བྱ་བ་གང་ཡང་མི་འདུག་ཀྱང་། བདག་གིས་བདག་  
དང་བདག་གིར་བརྩུང་ནས་ལུས་འདི་ལ་ཞེན་ཆགས་བྱས་པས་ནད་སོགས་  
ལུས་ལས་བྱུང་བའི་སྟུག་བསྐྱལ་འདི་ཀུན་བྱུང་བར་འདུག་པས། ད་ནི་ནད་  
བདག་གའོན་པ་གོགས་གྱིས་གཙོ་བྱས་པའི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་ལུས་  
འདི་རི་འདོད་པའི་དངོས་པོར་དམིགས་ཏེ་ཐོངས་པ་མེད་པར་བཏང་བར་བྱའོ་  
སྟམ་དུ་ཡང་ཡང་ཡིད་ལ་བྱ་ཞིང་། ལུས་སྦྱིན་གྱི་དམིགས་འདོན་རྒྱས་བསྐྱས་  
ཅི་རིགས་ཡང་ཡང་བྱས་པས་གནས་སྐབས་ནད་དག་པ་དང་། མཐར་ཐུག་  
ཆོག་ས་རྫོགས་ཤིང་འཆི་བ་བསྐྱུ་བའི་མཆོག་ཏུ་གསུང་ལ། གཞན་ཡང་སྤྱོད་  
ཆེན་རབ་འཛོམས་ལས། ཤེས་རབ་ཟབ་མོ་ཤིན་ཏུ་ལེགས་བརྟན་པའི། འཕགས་  
པའི་བདེན་པ་སྟུ་དག་རྣམས་བསྟོམ་ཞིང་། ལུས་ཀྱང་སྦྱིན་པར་ཡིད་ལ་བྱས་  
པ་ནི། རྟེན་དག་འཛིགས་པ་བརྒྱད་དང་འཐད་མི་འཇུག་། ཞེས་གསུངས་སོ། །

དེས་ན་རང་ལུས་ལ་ཆགས་པ་འདིས་ཉོན་མོངས་དང་སྤྲུག་བསྐྱེལ་ཐམས་ཅད་  
བསྐྱེད་པས་ན་ཅིས་ཀྱང་མ་ཆགས་པར་གཏོང་བའི་སེམས་ལ་གོམས་པར་བྱ་  
བའི་སྦྱོན་པའི་ཉམས་ལེན་ནོ། །

གཉིས་པ་ཚུལ་ཁྲིམས་ནི། ལུས་འདིར་ནད་ཀྱི་གདུང་བས་ཁམས་འཕོ་བ་སོགས་  
འཛིག་རྟེན་ཐ་མལ་པའི་བདེ་བ་འབྱུང་བཅས་ཉི་ཆོ་བས་རང་བཞིན་གྱི་དབེན་  
ཞིང་འདི་ལ་བརྟེན་ནས་འཛིག་མེད་ཀྱི་ཚུལ་ཁྲིམས་དམ་པ་སྦྱབ་པའི་དམ་བཅའ་  
བརྟན་པོ་ལ་གོམས་པར་བྱ་བ་དང་། གསུམ་པ་བཟོད་པ་ནི། ནད་ཀྱི་སྤྲུག་བསྐྱེལ་  
འདི་དག་ནི་རང་གི་སྦྱོན་བྱས་ཀྱི་ལས་ཀྱི་སྦྱོན་པས་འདི་འདྲ་འབྱུང་བའི་རྒྱ་དང་  
སེམས་ཅན་ད་ལྟ་འདི་འདྲ་སྦྱོང་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྤྲུག་བསྐྱེལ་བདག་ལ་སྦྱོན་  
ན་ཅི་མ་རུང་བདག་གིས་བཟོད་པར་བྱའོ་སྦྱམ་པ་དང་། བཞི་བ་བཙོན་འབྲུག་  
ནི། དེ་འདྲའི་སྦྱོ་སྦྱོང་རེས་འགའ་བ་མ་ཡིན་པ་རྟག་གྲུས་ཀྱི་སྦྱོར་བཙོན་གོ་ཆ་  
ཆེན་པོ་བཞོས་ཏེ་བཙོན་པ་བར་མེད་བྱ་བ་དང་། ལྷ་བ་བསམ་གཏན་ནི། ནད་  
དེས་ཟུག་རྩ་ལྟངས་ཀྱིས་ལྟངས་བ་ན་སྟིང་རྗེའི་སྦྱོ་སྦྱོང་དམིགས་བཅས་དང་།  
རང་བཞིན་སྦྱོང་བ་ཉིད་དང་ནད་བསྐྱེས་པའི་དམིགས་རྣམ་མ་བཟེད་པར་ཕྱེ་  
གཅིག་སེམས་པ་དང་། རྒྱག་པ་ཤེས་རབ་ནི། རྒྱ་མས་ནད་སྦྱོང་གི་གདམས་  
ངག་བརྟན་པ་ཐོས་པ་ལ་བསམ་པ་དང་། དེ་དོན་བསྟོམ་པས་ཀྱན་རྩིབ་ཏུ་ན་  
བྱ། ན་བྱེད། ན་ལུགས་ཐམས་ཅད་སྦྱོ་མ་དང་མི་ལམ་ལྟར་ཤེས་པ་དང་། དོན་  
དམ་ནད་ཟུག་ཐམས་ཅད་སྦྱེ་འགགས་གནས་བྲལ་ཆེན་པོར་ཤེས་པས་ན་ཟུག་

ཀུན་མཁྱེན་མི་ལམ་རྒྱ་མཚོའི་གསུང་འབུམ།

ཐམས་ཅད་སྟོང་ཉིད་དུ་བྱེད་ཅིང་། དེ་ཡང་བདེ་ཆེན་དུ་སྤངས་ཀྱིས་ཤར་བས་  
ན་བ་དེས་རྟོགས་པའི་བོགས་ཐོན་ནས་སྐྱ་གསུམ་གྱི་གོ་འཕང་ཐོབ་པར་འགྱུར་  
བ་ཡིན་པས་དེ་བས་ན་ན་ཆ་ལམ་བྱེད་འདི་བྱང་ཚུབ་སྐྱབ་པའི་གོགས་སུ་བསྐྱགས་  
པ་ཡིན་ནོ། །ན་བ་ན་བ་མ་ཡིན་ཏེ། །ན་བ་བདེ་ཆེན་ཆོས་སྐྱའི་ངང་། །དེ་ལྟར་  
རྟོགས་པའི་རྣལ་འབྱོར་པ། །ན་དང་མིན་བྱད་མེད་པའོ། །ཞེས་པའང་ཨ་ཇི་  
ཏས་སོ། །མདྲ་ལྟོ། །

༡༡། རྩུ་མིན་རྫོགས་ཆེན་སྒྲིང་གི་གདམས་པ་ཕྱོགས་  
བསྟུས་ཟབ་དོན་སྒྲིང་པོ་སངས་རྒྱལ་  
ལག་སྒྲིང་བཞུགས།

གནས་ལུགས་ཡངས་པ་ཆེན་པོའི་གྲོང་ནས་འཇམ་དཔལ་ཡེ་ཤེས་སེམས་དཔའ་  
ཆོས་སྐུ་ལས་བཞེངས་ཏེ་གཞོན་ནུའི་གཞུགས་ཀྱིས་རང་ཅལ་ཕྱོགས་དུས་ཀྱི་  
ལམ་རིམ་ཅན་ལ་པོས་ཏེ་འདི་སྐད་ཅིས་གསུངས་སོ། ། གྲེ་རང་སྤང་རིག་  
བའི་དོ་རྗེ། འདི་ལྟར་སྤང་བྱིད་ཀྱིས་བསྟུས་པའི་ཆོས་སོ་ཅོག་མ་ལུས་པ་གང་  
གི་གྲོང་དུ་འདུས་ཤིང་དབྱེར་མེད་པའི་གཏུག་མ་བདེ་བ་ཆེན་པོ་ནི་མ་སྐྱེས་པ།  
མ་འགག་པ། མ་བྱས་པ། བྱར་མེད་པ། རྒྱ་རྒྱུན་ལས་འདས་པ། དུས་གསུམ་  
ཀྱི་འགྱུར་བས་མ་བསྐྱད་པ། ལམ་རིམ་ཅན་གྱིས་མ་བཅོས་པ། གང་ལས་ཐ་  
དད་དུ་གྱུར་པའི་ཆོས་རྒྱལ་ཅམ་མ་མཆིས་པ། གང་གི་རང་བཞིན་མཉམ་པ་  
ཉིད་སྐུ་འཕྱུལ་བྱ་བའི་རོལ་བ་ཆད་མེད་པར་སྤང་ཡང་རིས་སྐྱུ་མ་ཆད་པ་དུས་  
གསུམ་དུ་རྒྱུན་ཆད་མེད་ཀྱང་དུས་ཀྱི་འགྱུར་བས་གོས་པ་མེད་པ། དངོས་པོ་  
ཐམས་ཅད་ལ་བྱུང་ཀྱང་དངོས་པོའི་ཆོས་སྐུ་མི་གནས་པ། ང་བདག་མེད་པར་  
མཉམ་པ་ཐུལ་པ་ཡངས་པ། ལས་དང་ཉོན་མོངས་སྐྱུག་བསྐལ་གྱི་རང་བཞིན་  
མ་དག་པའི་ཟུག་རྩ་ཡེ་ནས་རྣམ་པར་དག་ཅིང་གཞར་ཡང་མི་རྟོག་པའི་ཀུན་

བཟང་བདེ་བ་ཆེན་པོ་མཁའ་ལྗར་བྱུང་ཅིང་ལྷན་གྱིས་གནས་པ་འདི་ནི་གཞུག་  
མ་བདེ་བ་ཆེན་པོའི་གནས་ཏེ། འཁོར་འདས་སོགས་སྣ་ཚོགས་སུ་བྱི་ཁིང་སྤང་  
བ་དག་ནི་འདི་ཡི་རྩལ་ལས་ཤར་ལ་སྒོ་བྱུང་བས་ཀུན་ཏུ་བདག་ས་པའམ། འདི་  
ནི་ཀུན་ཏུ་རྟོག་པའི་སྤྱབས་སུ་མ་ཆུད་པའི་ཆོས་ཉིད་ཀྱི་དོན་ཏེ། རང་གི་རང་  
བཞིན་རང་ལས་གཞན་དུ་མེད་པའི་རང་བྱུང་གི་ཡེ་ཤེས་སུ་རང་འོད་གསལ་  
བ་ན་འཁོར་འདས་མཉམ་པ་ཉིད་གདོད་མ་གཞི་ཡི་དགྱིལ་འཁོར་སངས་རྒྱས་  
ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྒྲུ་གཅིག་ལ། དུགས་དང་དགྱིལ་འཁོར་ཀུན་གྱི་བྱུང་  
བདག་ངེས་པ་དོན་གྱི་འཇམ་དཔལ་གཞོན་ནུར་གྱུར་པ་ཞེས་བྱ་སྟེ། འདི་ལ་  
གཞུག་མ་སེམས་ཀྱི་དོར་མེ་ཞེས་ཀྱང་བྱ། རང་བྱུང་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྒྲུ་ཞེས་ཀྱང་བྱ།  
མ་བཅོས་ཐིག་ལེ་ཉག་གཅིག་ཅས་ཀྱང་བྱ། ཀ་དག་ལྷན་གྱུར་ཀུན་ཏུ་བཟང་  
པོའི་སྒོར་ཞེས་ཀྱང་བྱ། ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་ཡང་དག་པའི་མཐའ་ཞེས་ཀྱང་བྱ།  
བདེ་བར་གཤེགས་པའི་སྤྱིང་པོ་ཞེས་ཀྱང་བྱ། ཆོས་ཉིད་དེ་བཞིན་ཞེས་ཀྱང་  
བྱ། བདེ་བ་ཆེན་པོ་ཞེས་ཀྱང་བྱ་སྟེ། མཐར་ཐུག་གི་གནས་ལུགས་འདི་སེམས་  
ཀྱི་དགྱིལ་འཁོར་རང་བཞིན་གྱིས་འོད་གསལ་བ་གསང་སྤགས་ཀྱི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་  
ཡིན་པས་འདིའི་གནད་ལ་འདྲིས་ཤིང་གོམས་པར་བྱས་ན། འཇམ་དཔལ་ཡེ་  
ཤེས་སེམས་དཔའ་ར་དང་གཉིས་སུ་མེད་པར་གདོད་མའི་དབྱིངས་སུ་འབྲས་  
བུའི་གཏན་སྟོན་ཟེན་པར་འགྱུར་བས་ན། བརྒྱད་ཁྱིམ་བཞི་སྟོང་གི་ཆོས་ཀྱི་སྒོ་  
ནས་བརྗོད་ཀྱང་། མཐར་ཐུག་བརྗོད་དུ་མེད་པར་ལ་བསྐྱབ་བ། ཐེག་པ་དང་

གྲུབ་མཐའ་རྒྱ་མཚོ་ལྟ་བུར་ཞུགས་ཀྱང་མཐར་ཐུག་སྤང་དོར་མེད་པའི་ཟད་པ།  
 དངོས་གྲུབ་དང་ཡིན་ལས་བསྐལ་པ་རྒྱ་མཚོར་བསྐྱབ་ཀྱང་མཐར་ཐུག་གྲུབ་  
 བསལ་མེད་པའི་ལྟན་སྤྱིས་ཆོས་སྒྲུ། ཐམས་ཅད་དེའི་རང་བཞིན། ཡེ་ནས་  
 བབས་ཀྱིས་གནས་པ། ཤེས་པས་ཆོག་པ། ཤེས་ནས་སྤྱར་མི་ལྟོག་བྱ་བ་ཐམས་  
 ཅད་དུས་གཅིག་ལ་ཟིན་པ། དངོས་གྲུབ་ཐམས་ཅད་གཞི་གཅིག་གིས་ཐོབ་  
 པ། ཐམས་ཅད་ཡེ་ནས་ལྟོགས་པས་ལྟོགས་པ་ཆེན་པོ། རྒྱད་དང་ལུང་དང་མན་  
 དག་ཐམས་ཅད་དུས་གཅིག་དུ་ཤིག་པ་རྩལ་གྱི་དབང་གིས་ཐོབ་པ་ཨེ་མ་རྟོ།  
 གང་གིས་ཆོག་འདི་ཐོས་པའང་དོ་རྩེ་བདེ་བ་ཆེན་པོའི་ས་ལ་གནས་པར་འགྱུར་  
 རོ། །ཞེས་གསུངས་ནས་གདོད་མའི་དབྱིངས་བྱི་གང་དང་བྲལ་བར་མཉམ་  
 པ་ཉིད་དུ་བཞུགས་སོ། །ཞེས་རང་སྣང་རྩལ་གྱི་སེམས་དཔས་དོ་རྩེའི་གཟུངས་  
 གྱི་བརྒྱད་སྟེ་ཡི་གེར་སྟེལ་བའོ། །རབ་ཆོས་སྤྱང་གི་རྒྱ་༡༡ཆོས་པལ་འཇམ་དཔལ་དགུས་པའི་  
 ཡིད་གྱི་མཚོ་ལས་སྤྱད་ས་ལྟར་རྩལ་དུ་གར་བ་འདོད་གསལ་མེད་པར་བྱས་པ་ལྟོགས། །

[illegible]

དང་དཔེ་བྱད་རྒྱན་དང་ཆ་ལུགས་རྫོགས། །དྲང་བའི་མཁའ་ལ་དབང་བའི་  
གཞུང་ལྟ་བུ། །ཡེ་ཤེས་སྒྲིང་བོ་ལྷགས་ཀྱི་སྒྲིག་དང་ལྟ། །སྤང་བྱིད་ཀུན་ཀྱང་  
དེ་ཡི་རང་ཚུལ་དུ། །གཞོམ་མེད་རིག་ལྷགས་རྒྱལ་བའི་རང་སྤྱོད་གས། །ཨོ་  
ཨ་ར་བ་ཅ་ན་རྩི་ །ལྷ་བསམ་གཟེར་བཏབ་ཏིང་འཛིན་གཞི་མེད་དང་། །བརྩོན་བསམ་གསང་ལྷགས་རྒྱལ་བའི་  
རྒྱན་བཞིན་བསྐྱེ། །ལྷ་ལྷགས་སེམས་གསུམ་དབྱེར་མེད་རོམ་ཉམ་དུ། །བདེ་ཆེན་གཞུག་མ་དོན་གྱི་འཇམ་  
དཔལ་འགྲུབ། །ཟབ་མོ་བསྐྱེད་རིམ་ལ་བརྟེན་ནས་བསྐྱེད་པའི་རིམ་པ་དང་བོད། །

ཨ་ ཆོས་ཀུན་མ་སྤྱེས་ནམ་མཁའི་རང་ཉིད་ལས། །ར་ རང་སྤང་མ་  
འགག་སྤྱོད་མའི་རོམ་མོར་ཤར། །བ་ དོན་དམ་ཡིད་དཔྱིད་བྲལ་བ་ཀུན་དང་  
མཉམ། །ཅ་ འཕོ་འགྱུར་བྱིད་པའི་སྤང་བ་ཇི་སྟེད་པ། །ན་ མིང་མེད་བྱ་  
ཚོལ་བྲལ་བར་ཡེ་སངས་རྒྱས། །རྩི་ རང་བྱུང་ཡེ་ཤེས་གནས་མེད་ཀུན་ཏུ་  
སྤང་། །ངེས་པ་དོན་གྱི་འཇམ་དཔལ་གཞོན་ཏུ་འདི། །ཤང་གིས་ཤེས་རབ་གྱི་དབང་  
པོས། མཐོང་བ་དེ་མ་ཐག་སངས་རྒྱས། །སྒོ་འདས་ཚོལ་བྲལ་རྫོགས་པ་ཆེན་  
པོའི་དོན། །རང་བྱུང་མཉམ་པ་ཉིད་ཏུ་ལྷན་གྱུབ་ཤོག །ཡི་གེ་དུག་གིས་མཚོན་པའི་  
ཆོས་ཉིད་སྒྲོ། །རང་ལས་བྱུང་བ་སྤྱིང་གི་བྱ་ལ་གཏད། །སམ་ཡ།

ཨ་ ཀ་དག་ནམ་མཁའ་ལས་བྱུང་རང་བྱུང་བ། །ར་ ལྷན་གྱུབ་ཤེས་  
རབ་ཡེ་ཤེས་མེ་བོ་ཆེ། །བ་ དབྱིངས་རིག་འོད་ཆེན་ནམ་པར་སྤང་བར་བྱེད། །  
ཅ་ མིག་ནས་ཡེ་ཤེས་སྤང་བ་ལམ་མེ་བ། །ན་ བརྗོད་མེད་འགྲོ་བའི་མར་  
མེ་ཡེ་ཤེས་སྒྲོན། །རྩི་ སྤྱིང་དབུས་གཟི་བརྗོད་ཆེན་པོ་འོད་གསལ་བ། །འདི་



ལ་གང་གནས་བདེ་བར་གཤེགས་པའི་ལམ། །རྒྱང་ལག་གིས་མཐོང་བས་འཇམ་དཔལ་  
གཞོན་ཏུ་མངོན་སུམ་གྱུར་པ་ཡིན། །སམ་ལྷ། རྒྱ་གསལ་ཆེན་པོའི་རིམ་པས་རྒྱལ་བའི་རྣམས་  
སྟེ། །

ཨ མཉམ་ཉིད་དབྱིངས་ལས་རང་བྱུང་གྲགས་ཐེའི་ཅུལ། །ར རྩལ་  
བལ་ཆུ་ལྷེའི་ཆུལ་འཆར་ཡེ་ཤེས་སྒྲ། །བ རོན་དམ་བདེ་སྟོང་གཉིས་སུ་མེད་  
པའི་གྲགས། །ཅ རྟོད་པ་སྒྲ་ཆོས་སྒྲ་མའི་གར་ལ་དབྱེས། །ན མིང་བལ་  
མིང་གི་གསང་སྒྲ་གས་ཐབས་ཆེན་པོས། །ཁྱིེ རྩོམ་ཡེ་པ་ཡིད་བཞིན་རྩལ་  
སྒྲ་འོ། །འདི་ནི་སངས་རྒྱལ་དབྱེས་པའི་རོལ་མོ་སྟེ། །འཇམ་དཔལ་སྒྲ་འཕུལ་  
དུ་བ་མཛོན་སྒྲ་བའོ། །ཐིན་ལས་ཀྱི་སྒྲ་བས་ཏེ་གསུམ་པོ། །དེ་སྟངས་འཇམ་དཔལ་གཞོན་ཅུའི་  
བསྟེན་སྒྲ་བ་ལས་གསུམ་མཐར་གྱག་གི་དོན་དང་མཐུན་པ་ཡིག་སྒྲ་སྒྲུལ་པོའི་སྟོན་རྩལ་སྒྲ་མཆོན་པ་འདི་  
ནི་སྟོང་གི་ཡོད་ལྷ ར་ཆོས་༡༥ལ་འཇམ་དཔལ་དོ་རྩལ་གྱིས་པ་བསྟུན། །

༥ རྟོགས་ཆེན་གྱི་སྒྲོར་བཞུགས་སོ། །

ཨོ། འཇམ་དབལ་རྩྭ་རྩེ་ལ་ཕྱག་འཇལ་ལོ། འཁོར་འདས་ཀུན་ཁྱབ་ཐིག་ལེ་  
ཉག་གཅིག་པོ། སྤྱོད་བསམ་བརྟོག་པའི་ཡུལ་ལས་འདས་པའི་དོན། བཏགས་  
ཤིང་དབྱེད་པས་མི་རྟོགས་བཞག་ན་གསལ། བཏགས་པས་མི་མཐོང་མ་ལྟ་  
སྟོང་དང་ཤེས། གཤུག་མའི་སེམས་ལ་སྒྲིན་པའི་གཟེབ་བཀྲམ་སྟེ། བཅོས་  
ཤིང་བཅོས་ཤིང་རྟོག་པའི་བྱ་བར་ཆུད། མི་རྟོག་གཤུག་མའི་རང་ཞལ་ལྟ་འདོད་  
ན། ཁ་བཅོས་ཐ་མལ་སྟོང་དང་དང་གིས་གསལ། རྟོག་པར་མི་བྱ་སྒྲམ་  
པའི་མངོན་ཆེན་དང་། རྟོག་པར་བྱའོ་སྒྲམ་པའི་མཚན་ཆེན་གཉིས། རྣམ་  
རྟོག་རྒྱབས་ཆེན་བསྐྱེད་པའི་རྒྱ་མཚོ་སྟེ། གནད་མེད་ཐམས་ཅད་འདི་ལས་  
བཀལ་མི་རུས། སྤྱིང་རྩྭ་རྩྭ་རྩྭ་རྩྭ་འཇུག་གོ་ཞེས། འདི་ཡིན་འདི་མིན་  
ཅིས་གདབ་ཆུ་ཡི་ནི། རི་མོ་བཞིན་དུ་གཡོ་བའི་ཡིད་དབྱེད་འདི། བཟང་  
བཟང་འདྲ་ཡང་སེང་གའི་གསོལ་དང་མཆུངས། ལྟ་བུ་ཤེས་པ་ནད་དུ་མ་  
ལུས་ལ། བཏག་བྱ་དབྱིངས་ཉིད་ཕྱི་རུ་མ་ཆད་པར། བར་མེད་ཉར་སང་ཆེན་  
པོར་ཟང་ཐལ་བ། རྣམ་མཁའི་དགྱེལ་བཞིན་མཉམ་ཉིད་དང་དུ་ཞུགས། རི་  
སེམས་ཀྱིས་སེམས་ལས་གཞན་དུ་ཆོས་ཉིད་གཤིས། འཇལ་བའི་ཞེ་འདོད་  
མྱང་ནས་ཟད་པའི་མོད། ཐ་མལ་ཤེས་པ་ཉིད་ལ་ཉིད་བཞག་པས། གཤུག་

མའི་རང་བཞིན་ཉིད་ལ་ཉིད་མདོན་གྱུར། བྱི་རུམི་སྒྲོ་ནང་དུ་མི་བསྐྱབས། །  
 ཐད་ཀར་བཞག་པས་ཟང་ཐལ་ཕྱོད་བ་ན། བལྟ་བུ་ལྟ་བུའི་བྱལ་བའི་རྒྱ་མཚོ་  
 ཆེར། རྟོག་པའི་འཇུར་མདུད་ཆབ་ཅོམ་བཞིན་དུ་བྱ། རང་ལ་ཡེ་གནས་དོན་  
 དེ་མཐོང་བའི་དོར། སྒྲ་ཆོག་སྒྲོག་པའི་བརྒྱབས་བསྐྱོད་ན་ཡང་། དབྱིངས་  
 ལས་ནམ་ཡང་གཡོ་བ་མི་སྲིད་པས། བཅིང་མེད་རིག་པ་མཁའ་ལ་ཁྱུང་བཞིན་  
 འཕྱོ། ཆོས་རྣམས་ཀྱི་གནས་ལུགས་མཐར་ཐུག་ནི། རིག་སྒྲོང་ཟུང་དུ་  
 འཇུག་པ་ཡིན་མོད་ཀྱི། ཟུང་འཇུག་རྗེན་པར་ཕྱོད་ཆེ་སྒྲོ་ལས་འདས། དེ་  
 བྱིར་འདི་དོན་ཆོག་གིས་མཚོན་མི་རུས། འདི་ལ་འདི་ཞེས་མཚོན་འཛིན་ཀྱན་  
 བྲལ་ཡང་། འདི་ལས་གཞན་མེད་ཁོ་ཐག་ནང་ནས་ཆོད། དགག་དང་སྐྱབ་  
 བཅིར་ཡང་བྱར་མེད་པར། ཤེས་ནས་ཁོང་སྒྲོད་སྒྲོ་བདེའི་རང་དུ་གནས། །  
 རང་སེམས་རྣམ་པར་རྟོག་པའི་འཇུར་མདུད་ཀྱན། ཀློང་མའི་ཆོས་དབྱིངས་  
 རང་དུ་ཞིག་བ་ན། རང་བྱུང་ཡེ་ཤེས་ཆེན་པོའི་རང་ཞལ་གང་། མཐོང་ནས་  
 མཉམ་ཉིད་ཆོས་སྒྲུའི་རྒྱལ་སར་འཁོད། རྟོག་པའི་གཡུལ་ལས་རྒྱལ་བ་དེ་  
 སྲིད་དུ། ཡེངས་མེད་དཔལ་པའི་རྒྱང་སོ་ཁོར་ཡུག་ཏུ། རྒྱུགས་ལ་དྲོད་ཆེད་འཐུག་  
 པོའི་གཉིད་ལ་དྲིས། རང་ལ་ནང་བྱན་ཚུད་པ་སྐྱེ་མི་བདེ། ཀྱན་བྱབ་མཉམ་  
 པ་ཆེན་པོའི་རང་ཉིད་དུ། རྒྱ་རྒྱུན་རྩྱལ་བ་ལས་འདས་རང་བྱུང་གི་ ཁོད་གསལ་  
 ཤེས་རབ་སྒྲོན་པོའི་སྒྲུང་བ་གང་། འཇམ་དཔལ་དོ་རྗེའི་དམ་ཆོག་སྒྲ་ན་མེད། །  
 ཨ་ལ་ལ་རྟོ། ཞེས་བའང་སྐྱེས་སྒྲ་ཆོས་ཀྱི་སྐྱབ་པའི་ཐུན་གསེང་ཞིག་ཏུ་ཁོད་གསལ་ལ་དོ་རྗེས་བྲིས་

པ་དགོ།

༡ སྦྱོར་རྩོགས་ཀྱི་གནད་དེས་པ་གཞུག་མའི་  
སྒྲ་དབྱངས་བཞུགས།

ནམ་གུ་རུ་བརྩེ་རྩེ་ར་ཡ། གཞུག་མའི་རྩོད་ལས། སྒྲ་སྒྲིད་བརྩེ་དང་  
གཞི་བ་ཀུན། མའ་འདས་མི་འདའ་འདར་མེད་ཀྱང་། ལས་རྒྱུ་གཞི་བའི་  
ཀུན་རྩོག་གིས། ལུས་སྒྲ་འཁོར་བ་རྒྱུ་མི་འཁོར། དེ་ཉིད་གཞི་རུ་བསྒྲིག་  
པའི་ཕྱིར། ལམ་གྱི་མཐར་ཐུག་ཐུག་རྒྱུ་ཆེ། རྩོད་རྩོད་ལ་འབྱོར་བསྒྲིམ་པར་  
བྱ། རི་གཞི་གསུམ་དང་ལྟན་པ་ཡིས། རམ་མའི་མཐིལ་དུ་ལྟ་སྒྲ་སྒྲ་  
གཏད། དབང་ལུས་འདྲེས་པའི་སེམས་བསྐྱེས་པས། དབྱ་མར་རྒྱུ་བརྩེ་  
འཇུག་པའི་རྩོགས། དུ་བ་ལ་སོགས་མའི་རྩོད་སྒྲ་། སོ་སོར་སྒྲ་པའི་རྩོད་  
འབྱོར་རོ། སྒྲིང་གཞུགས་དེ་ལ་དམིགས་བྱས་ཏེ། རང་སྒྲིང་སྒྲིང་པའི་གཞུགས་  
སུ་ཤེས། གནས་པ་བརྩེ་པའི་རྩོག་དབྱོད་དང་། དགའ་བདེ་སེམས་པའི་  
ཡན་ལག་ལྟ། རབ་ལྟན་བསམ་གཏན་ཡན་ལག་འབྲུག། རང་སྒྲིང་སྒྲིང་པའི་  
གཞུགས་ལ་ནི། སེམས་བརྩེ་པ་ཡི་རྩོད་འབྱོར་དེས། གཞི་བྱེད་རྒྱུ་ལས་  
རྒྱལ་པའི་ཕྱིར། རྩོད་རྩོད་བསྒྲིམ་པས་ལམ་སྒྲིངས་ནས། དབྱ་མའི་ལམ་དུ་  
ཐུག་ཅན་བརྩེ། རང་དུ་སྒྲིང་གཞུགས་མཐོང་བ་དང་། རི་འདོད་ཐུག་ཅན་

འབྱོར་བར་བྱ། །དེ་ནི་སྒོག་ཚེ་ལ་རྣལ་འབྱོར་རོ། །དེ་གོམས་ཉིད་ཀྱི་མཐུ་ལས་  
 བློ། །སྒོག་ཉིད་མི་ཤིགས་ཐིག་ལེ་ལ། །ཞུགས་པས་གཞུག་མའི་འབར་སྒྲིབ་  
 དང་། །དེ་ཡིས་སྒྲིབ་འཛིན་པ་ཞུ་བས། །བདེ་བའི་ཡེ་ཤེས་རྒྱུ་ཆད་མེད། །ཤོགས་  
 འདོན་ཞུ་བདེའི་དམིགས་པ་ནི། །བྱུངས་རང་ཤུགས་འབྱུང་བ་འདྲ་ཡོད། །ཐིག་  
 ལེ་རིམ་བབ་ཞོར་བུའི་ཆེར། །འཛག་མེད་འཆིང་བའི་སྒྲིབ་སྒྲིག་ནི། །རིམ་  
 གྲིས་མི་འགྱུར་བདེ་བ་འདྲེན། །འོད་གསལ་ཉགས་སྒྲིབ་ཆད་མེད་འཕེལ། །  
 རྒྱུད་དང་སེམས་ལ་དབང་རྒྱུད་ཐོབ། །འདི་ནི་འཛིན་པའི་རྣལ་འབྱོར་རམ། །  
 བདེ་རྒྱུད་སེམས་ལ་འཛིན་པ་འོ། །དེ་ནས་ཕྱག་རྒྱའི་རྒྱུ་ལ་བརྟེན། །ཞུ་བདེ་  
 རྒྱུད་པར་འཕགས་པ་བསྒྲུབ། །ཡས་བབ་དགའ་བཞི་སྒྱུར་བའི་མཐར། །མས་  
 བརྟན་དགའ་བཞི་ཅི་རིགས་སྒྱུར། །ཡང་ཡང་སྒྱུར་བས་བདེ་བ་དང་། །རྒྱུད་  
 སེམས་ལས་རུང་རྩེ་ཆེར་འཕགས། །འདི་ནི་རྩེ་ཐོག་རྣལ་འབྱོར་རོ། །དེ་ལྟར་  
 རྩེ་ཐོག་མཐར་ཕྱིན་ནས། །རྒྱུད་སེམས་དབང་དུ་སྒྱུར་བ་དེས། །སྒྲིབ་གཞུགས་  
 ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་མོ་ལ། །མཉམ་སྒྱུར་འཛག་མེད་བདེ་ཆེན་གྲིས། །འཕྲོ་ཁོང་གཡོ་  
 བའི་རྒྱུད་ཐིག་རྣམས། །དབང་ཅིང་ལམ་ལ་རྣམས་སྒྲིབ་བྱུང་། །ཐ་མ་རྩོ་རྩོ་  
 ཞོར་བུའི་ཆེར། །འཕྲོ་མེད་ཉིད་དུ་བཅིངས་བྱས་པས། །དུས་སྒྱུར་བཅུ་གཉིས་  
 དག་གི་ནི། །རྒྱུད་གཅིག་དབང་མར་གཏན་དུ་འགག། །ཅུ་ཡི་བཅུ་ཆ་དབང་མར་  
 ཐིག། །དཀར་དམར་ཁམས་གཅིག་དེར་བརྟན་པས། །ཉིང་འཛིན་ས་ནི་དང་  
 རོ་ཐོབ། །དེ་ནས་ལྷག་མའི་རྒྱུད་ཁམས་རྣམས། །ཡང་ཡང་ཞུ་བདེ་སྒྲིབ་གཞུགས་

ངང་། སྤྱིང་བས་འཕོ་རྒྱུང་བརྩམ་ཉིས་ཀྱི། །ཆག་ཞན་རིམ་པར་ཡོངས་འགགས་  
 བས། །ཐ་མ་གཙུག་ཏྱར་ནོར་བུའི་ཕྱིར། །བརྩམ་ཉིས་ཆ་ཡི་ཐ་མ་འགག་ །ཉི་  
 བློ་ཆོག་སྟོང་དུག་བརྒྱའི་རྒྱུང་། །སྤྱིང་མི་འབྱུང་བར་དབུ་མར་འགག་ །ཁམས་  
 བརྟན་ཅུ་ཀུན་དབུ་མར་ཐིམ། །འཕོ་མེད་དོན་གྱི་ལྷན་སྦྲེས་མྱོང་། །འདྲི་ནི་བདེན་  
 དོན་མངོན་མཐོང་བའི། །ཐེག་ཆེན་རིག་འཛིན་སེམས་དཔའ་ཡིན། །དེ་ནས་  
 སྒྲོམ་པའི་ལམ་རྒྱུས་ཀུན། །ནང་གི་ས་ཡིས་སྤྱར་བཤོད་ནས། །ཟུང་འཇུག་  
 བདེ་ཆེན་ཡེ་ཤེས་སྒྲུ། །ངེས་པ་དོན་གྱི་སངས་རྒྱས་འགྲུབ། །འདྲི་འཕྲིའི་རྣལ་  
 འབྱོར་ལམ་ལྷན་ལ། །དབེ་དང་དོན་གྱི་ལྷན་སྦྲེས་རྣམས། །ཐབས་གྱིས་རང་  
 ལ་མངོན་གྱུར་པ། །མཚོག་ཏུ་མི་འགྱུར་བདེ་བ་དང་། །རྣམ་ཀུན་མཚོག་ལྷན་  
 སྟོང་བ་ཉིད། །ཟུང་འཇུག་དོན་གྱི་ལྷན་སྦྲེས་ཉིད། །བྲ་ལབ་ལྷ་བྱུར་མངོན་སུམ་  
 ལ། །གཙུག་དང་དུ་བྲལ་ལ་སོགས་པའི། །རྗེས་དཔག་དབྱུང་བ་ག་ལ་དགོས། །  
 མེ་ནི་མངོན་སུམ་གྱུར་པ་ལ། །དུ་བས་མེ་ཡོད་སྒྲུབ་པས་ཅི། །བརྒྱུད་པའི་མན་  
 དག་མི་ལྷན་ཞིང་། །ཉམས་མྱོང་བྲལ་བའི་རྟོག་གི་བས། །གསང་སྤྲུགས་ཐེག་  
 པའི་ཐབས་ཆེན་པོས། །གཏན་ལ་ཐེབས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི། །མངོན་སུམ་ཡུལ་  
 ལ་རྒྱས་མེད་པར། །དབུ་ཚད་དབྱུང་བ་དགོས་ཞེས་སྒྲུ། །སོར་སྤྱད་ཡིད་བྱེད་  
 སྤང་བའི་སྒྲོ། །འོད་གསལ་འཕྲེན་པའི་མཚོག་ཡིན་ཡང་། །དེ་རྒྱ་སུས་ཀྱང་མ་  
 བརྟན་པའི། །དབུ་མ་དམིགས་པས་སྒྲོམ་དགོས་སོགས། །ལུགས་འདྲིའི་འོག་  
 མའི་ཐེག་པ་བས། །དམིགས་བསྒྲོམ་བསྐྱེད་རིམ་ཆར་གཏོགས་རྣམས། །ཤོམས་

པས་རྫོགས་རིམ་འདྲེན་པའི་ཕྱིར། རྫོགས་རིམ་མིང་དུ་བཏགས་ན་ཡང་། །  
 ལམ་འདིའི་རྫོགས་རིམ་མཚན་ཉིད་པའི། རྫོགས་སུ་འདྲེན་པ་མེད་པའི་  
 ཕྱིར། རྫོགས་རིམ་མཐོང་བས་གོ་ལ་ས་དང་། སྐྱར་པའི་བློ་བཟོ་སྣ་ཚོགས་  
 བ། རྒྱལ་ས་སུ་ལེན་པ་ལྟ་ཅི་སྒྲིམ། བོས་ཀྱང་ན་བ་དག་བ་དགོས་ཤིང་། །  
 ཐེག་ཆེན་དགྲུགས་པའི་བདུད་ཀྱི་རྫོགས། ཉེ་ལ་ཡ་མཚན་འཛིན་པ་ནི། ཟས་  
 མཚོག་ཆེད་ནས་ཟས་ངན་དག ཚོལ་བར་གསུངས་པའི་དབེ་བཞིན་ནོ། རྒྱལ་  
 བས་བྱིན་གྱིས་བསྐྱབས་པ་དང་། རྒྱལ་སྐྱུ་རྣམས་ཀྱི་རྗེས་ཞུགས་པའི། །  
 མཚན་ལྟན་སྒྲོབ་མ་མཚོག་རྣམས་ཀྱིས། ཁོ་བོའི་ཚོག་འདི་གཅིས་པར་བྱུང་། །  
 རྩོལ་བཅས་ཐེག་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི། བུ་ན་འདི་ལས་ཟབ་པ་མེད། འདི་ལ་  
 དེས་ཤེས་ཆེད་གྱུར་ན། རྩོལ་མེད་རྫོགས་པ་ཆེན་པོ་ཡི། དགོངས་པའི་དོན་  
 ལ་དེས་ཤེས་སྟེ། རང་བྱུང་ཡེ་ཤེས་སྒྲིལ་ཉིད་དུ། མཐར་ཕྱིན་འགྱུར་བར་གདོན་  
 མི་བ། མི་ཐམ་པས་སོ། །

༥ རྣམ་པར་མི་རྟོག་པའི་ཡེ་ཤེས་སྟེད་པའི་ཕྱིར། ཤེས་རབ་ཀྱིས་དབྱུང་  
 བ་རྟོང་བར་གོ་བ་སྟེད་པ་དབྱུང་མའི་གཞུང་སྒྲུབ་སྒྲུབ་ཡོད་ཀྱང་། སྔ་སྔར་རང་རིག་  
 རྣམ་པར་མི་རྟོག་པའི་ཡེ་ཤེས་ཐོབ་ན་དབྱུང་ཅི་དགོས། དེས་ན་རྣམ་པར་མི་  
 རྟོག་པ་ལ་རྟོག་པའི་སྒྲུང་འཇུག་པ་ནི་བདུད་ཀྱི་ལས་སོ། རྩོལ་བས་སྐྱ་ཐེག་  
 སྒྲུབ་སྒྲིམ་པ་ལ་རྩོལ་མེད་ལྟན་སྟེས་འདྲེན་པ་ཡོད་ཀྱང་། འདིར་དེ་མིན་ཏེ་

སེམས་ཉིད་རང་བབས་སུ་རྟོག་པའི་འཕྲོ་འདུ་བཅད་དེ་ཚོས་ཉིད་ལ་གཟིར་བས་  
འོད་གསལ་མཛོན་དུ་བྱེད་བ་ཡིན་ན། འདི་ལ་དམིགས་པའི་རྣམ་རྟོག་ནི་དུག་  
ཡིན་པས་བདུད་གྱི་ལས་གྱིས་མི་འབྱེད་པར་བྱའོ། །བདག་གི་སྟོབས་གྱིས་  
ཚོས་ལྟར་བཅོས་པ་རྣམས། །དུག་སྒྲན་ཆེན་པོས་དུག་བཞིན་སེལ་བར་ཤོག །  
༡༡།

༥ ཐོས་པ་ཅམ་གྱིས་ངེས་པར་གྲོལ་འགྱུར་ཞེས། །རྡོ་རྗེ་འཆང་གིས་བསྐྱབས་  
པ་ལམ་གྱི་མཆོག །འདི་ཚུལ་སེམས་པར་བྱེད་བ་སྟོས་ཅི་འཚལ། །ཚོས་ཉིད་  
བདེན་པས་སྦྱར་དུ་གྲོལ་བར་འགྱུར། །རྩོལ་བཅས་ཐེག་པས་གདུལ་བར་དཀའ་  
བའི་ཆོ། །ཀུན་བཟང་ཐུགས་གྱི་བསྟན་པ་འབྱུང་ཞེས་སྟེ། །བསྐྱབས་པའི་ལུང་  
བཞིན་སྟེང་པོའི་བསྟན་པ་ཡིས། །འཛིག་རྟེན་ཀུན་ཏུ་བྱུང་བའི་རྒྱས་གྱུར་ཅིག །  
ཅེས་གྲུང་སྒྲུབ་སོ། །

༦ སེམས་དོན་གདམས་པའ། རང་སེམས་གདོད་ནས་མ་སྦྱིས་དོན། །  
རང་ཤར་མཐིལ་དུ་ཐེབ་པ་ན། །སེམས་ཡོད་དེ་གས་སྒྲོམ་གོ་ཆོད། །སེམས་  
དེ་སྒྲོམ་གྱི་ངོ་བོར་སོང་། །ཅི་ལྟར་འགྱུས་གྲང་རང་གི་རྩལ། །འགྱུ་དང་མ་འགྱུས་  
སྒྲུང་དོར་མེད། །ཆེད་གཏད་སྒྲོམ་པ་རྩལ་ཅམ་མེད། །གང་ལྟར་བྱས་གྲང་སེམས་  
ཉིད་གྲོང་། །དེ་ལ་དགག་སྒྲུབ་ཅིས་གདབ་བྲལ། །རྣམ་ཤེས་ཞེས་བྱ་བཅའ་  
གྲང་མེད། །ཡི་ཤེས་མ་སྒྲུབ་རང་སར་གནས། །རང་རིག་ཡི་ཤེས་ཀུན་ཏུ་བདེལ། །



གང་སྒྲུང་མ་འགག་རོལ་བའི་རྩལ། རིག་བའི་རྒྱན་དུ་ཤར་བ་ལ། བཟང་  
 རྟོག་ངན་རྟོག་དབྱེ་བསལ་མེད། གཟའ་གཏད་མེད་པར་ཤུགས་འབྱུང་དུ།  
 གང་ཤར་རང་གི་བབ་བཞིན་སྟོད། ཤར་ཚད་ཡན་གནོད་མེད་པར་གྲོལ།  
 ཡེ་ནས་འདི་ལྟར་རང་གྲོལ་ལ། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཅིས་འཆིང་ཞེས།  
 བརྟགས་ན་ངོ་མཚར་གད་མོ་འཆོར། རྒྱ་ཡན་བྱུང་རྒྱལ་བུ་ཐང་ཐལ་མ། ཁམ་  
 མཁའ་འདྲ་བའི་རང་བཞིན་ལ། སྒྲ་ཆོགས་སྒྲུང་བ་ངོ་མཚར་ཆེ། རོ་མཚར་  
 ཆེ་བའི་ཆོས་འདི་རྣམས། བཀག་ནས་ཅི་ཞིག་སྒྲུབ་པར་བྱེད། རང་བབ་གནས་  
 བ་རྣལ་འབྱོར་མཆོག། དགག་སྒྲུབ་རྩྱུ་བ་ལ་འབྱུལ་བའི་ལམ། ཡེ་ནས་ལྟན་  
 གྱིས་གྲུབ་པའི་དོན། རང་ལས་རང་རྟེན་ཨེ་མ་རོ། རབ་ཆོས་མེ་བླ་བླ་མ་ཆོས་ལུ་ལ་  
 འཇམ་དཔལ་དོ་རྩེས་སོ། །

༡ འཇམ་དཔལ་དབྱུངས་ལ་ཐུག་འཆའ་ལོ། སེམས་ལ་དམིགས་ན་  
 ཞིག་ནས་འགྲུབ། རིམ་གྱིས་གནས་ལུགས་ལྟག་མཐོང་སྟེ། རེ་ལ་རང་སྟོང་  
 སྟོང་བའི་རང་། གསལ་ལེ་སང་ངེ་བ་ལ་ནི། ཤེས་པ་ནང་དུ་བཀྲུག་ནས་  
 བཞག། སེམས་ཀྱིས་སེམས་ལ་དམིགས་ཞེས་བྱ། སེམས་ལ་དམིགས་ན་  
 སེམས་ནི་འདི། ཞེས་པའི་གཏད་སོ་མི་དམིགས་ཀྱང་། སེམས་ཞིག་ཡོད་ན་  
 ལུས་ཀྱི་ནང་། སྟིང་དབུས་མིན་པ་གར་ཡང་མེད། མི་དྲན་དགུ་དྲན་འགྲུ་  
 རྟོག་གི། བྱུང་ལུང་དེ་རུ་བརྟུ་བཞིན་གནས། སེམས་བཅའ་མི་བྱ་ལྟན་ནེར་  
 བཞག། བཞག་ས་ཡོད་མེད་བྱ་མི་དགོས། བཞག་རྒྱུ་འེ་སེམས་ཡོད་དེ་གསལ་

ཆོག་། ཁོང་ནང་སེམས་དེ་ཉལ་མལ་དུ། ཅེ་ནི་ཞོག་དང་དེ་ག་རང་། བཞག་  
 ཐབས་ཡིན་གྱི་གཞག་མི་དགོས། ལྷུ་ལ་ཉི་འོད་ལོག་པ་ཡི། ཟེར་མ་ལྷུ་མ་  
 ལྷུ་གཡོ་བ་ལྷུར། སེམས་རྟོག་འགྱུ་བ་ལྷུར་ལྷུར་པོ། ཐབས་ཀར་བཀག་པས་  
 མི་ཞེགས་ཏེ། ལྷུ་དེ་མ་བསྐྱལ་རང་བཞག་ན། ཟེར་སྒྲུང་དེ་ཡང་ལྷན་ནིར་  
 སྟོད། རེ་བཞིན་འགྱུ་བ་ཅང་མེད་པའི། འབྱུང་ཁུང་ཤེས་པ་ལྷན་ནིར་ཞོག།  
 དེ་རང་མ་བརྟེན་དུན་པའི་རྒྱན། བར་མེད་ལུག་རྒྱུད་དུ་བརྟེན། སྟོང་སང་  
 འདྲ་ཡང་དེ་གར་ཞོག། གསལ་གསལ་འདྲ་ཡང་དེ་གར་ཞོག། འགྱུ་འགྱུ་འདྲ་  
 ཡང་དེ་གར་སྟོད། ཅེ་ནི་ནི་ཀ་རེ་རྟེན་ནི་བ། ཅེ་འདྲ་བྱུང་ཡང་དེ་གར་ཞོག།  
 སྟོང་ངོ་གསལ་ལོ་འགྱུ་འོ་ཞེས། ཤེས་ཀྱང་དེ་གའི་རྟེན་དེད་སྟོང་། ཤེས་པ་  
 རང་མལ་རང་སར་ཞོག། རེ་ལ་གོམས་འདྲིས་ཡུན་རིང་བྱ། འདྲ་དབྱུང་རྟོག་  
 ཆེན་རང་སར་བསྐྱུར། རེས་འགའ་མི་འགྱུ་ལྷགས་པ་ན། བྱིང་བ་གསེང་ལ་  
 རང་གར་ཞོག། རེས་འགའ་འགྱུ་དུན་དུག་སྟེན། འགྱུ་འགྱུ་པོ་དེ་སེམས་ཡིན་  
 བས། རེ་ཡི་སྟེང་དུ་རྟོགས་ལ་ཞོག། འགྱུ་རྟེན་མ་མཐུད་རང་ས་བྱུང་། རེ་ནས་  
 འགྱུ་བ་རང་འགག་འགྱུར། འགྱུ་ས་དང་མ་འགྱུ་ས་ཐམས་ཅད་ཀུན། ཆོར་  
 ཅོམ་བྱུང་ཡང་སེམས་ཀྱི་སྟེང་། སེམས་ནི་རང་བཞག་ཅེས་བྱའོ། སེམས་དེ་  
 སྟོང་དབུས་མལ་བཞག་གམ། རང་སེམས་རང་བབ་སྟོད་དེ་ནི། འགྱུ་དུན་  
 འརྱར་མདུད་རང་ཁྱོལ་བཞག། རྣམ་རྟོག་འགྱུ་བ་ཟད་མེད་པོ། རང་གར་  
 ཡར་བའི་དུས་མེད་ལ། རི་ཅོམ་འགྱུ་ས་ཀྱང་འབྲས་བུ་མེད། རན་རྟོག་སྐྱུག་

བསྐྱེད་ཅད་མི་ཤེས། །དེ་བས་འདི་ཡི་མཆོང་རིག་ནས། །སོག་མེད་དུས་ནས་  
 འདི་དབང་སོང་། །དེ་ཕྱིར་ཡོན་ཏན་ཅང་མ་སྟོབ། །དེ་ནི་འདི་ལ་ཞེན་ལོག་ནས།  
 ཅི་ནས་སེམས་གནས་བསྐྱེད་བྱས་ན། །ཏིང་འཛིན་མངོན་ཤེས་ལ་སོགས་པའི།  
 ཡོན་ཏན་རྣམ་མང་སྟོབ་འགྱུར་ཞིང་། །རྣལ་གནས་རང་དབང་བདེ་མཆོག་  
 རྟོན། །དེ་ལྟར་སྒྲིབ་ཡོན་ཤེས་པའི་སྒྲོས། །ཅི་ནས་སེམས་ལ་དབང་བསྐྱེད་  
 བས། །ཇི་སྟོང་ཞིག་ནས་མ་སྟོབ་པར། །བརྩོན་པ་ལྟོད་པ་མེད་པར་བྱ། །དེ་  
 ལྟར་ཡང་ཡང་གོམས་པ་ལས། །སྟོང་དབུས་རྒྱུང་འདུ་དབུ་མར་འཇུག་ །རྣམ་  
 རྟོག་མགོ་སྟོང་ཇི་ཞིང་། །རང་སེམས་ལས་རུང་ཇི་བཟང་འགྱུར། །བྲམ་མའི་  
 རོ་སྟོང་གཞན་མེད་ཀྱང་། །མན་ངག་གནད་གྱི་བཞག་ཐབས་འདི། །སེམས་  
 གནས་སྤྱོད་ལ་རྒྱུད་གོགས་མེད། །སེམས་ལ་དམིགས་པ་འདི་ལྟ་བུས། །ནང་  
 དུ་ཡང་དག་བཞག་པ་ན། །ཏིང་འཛིན་ལས་སུ་རུང་བའི། །དཀའ་འཆོགས་མེད་  
 བར་སྐྱུར་དུ་རྟོན། །སྟོང་གའི་སྤྱི་ཐིག་འདིར་མི་དགོས། །ཁ་དོག་ཡི་གེ་རྒྱུང་  
 འཛིན་མེད། །རང་སེམས་ཡོད་པ་དེ་ཉིད་ལ། །ལྟ་བཞིན་དུ་རྒྱུན་བསྐྱུར་བ་  
 ཡིན། །འདི་བས་ཟབ་པའི་ཞིག་ནས་གྱི། །གདམས་པ་བྱ་སྤྱོད་ཅེ་མེད། །  
 དང་པོར་སེམས་གནས་གྱུར་ནས་ནི། །སེམས་གྱིས་སེམས་ལ་བལྟས་པ་ན།  
 བམ་མཁར་བལྟས་ཤིང་བལྟས་པ་ན། །མཐོང་བའི་དངོས་པོར་མི་དམིགས་  
 ལྟར། །ལྟ་ངན་ཀྱང་ལས་རང་གྲོལ་ནས། །སྟོང་གསལ་རྒྱུང་འཇུག་སེམས་གྱི་  
 གསང་། །ཆོས་ཉིད་གནད་ལ་འཆར་བ་ཡིན། །དེ་ནས་རིག་སྟོང་གཞུག་མ་ཆེ། །

ལྷན་སྐྱེས་ཡེ་ཤེས་རང་བྱུང་བ། འོད་གསལ་ལ་རྫོགས་པ་ཆེན་པོའི་དོན། བརྒྱུད་  
བའི་བྱིན་རྒྱལ་ས་ལས་མཐོང་འབྱུང་། མེད་ལྷ་ཆོས་ཀྱང་ཐུན་ལ་མི་ལམ་བས་བྱིས་པ་དག

༥ གཟུང་འཛིན་གཉིས་སུ་མེད་པ་ཡི། ཆོས་ཉིད་མཐོང་བ་གང་ཡིན་པ། །  
རང་སེམས་འདི་ཡི་སྤྱོད་ལས་ནི། གཞན་དུ་སྤྱོད་བ་རི་ལྟར་སྤྱིད། སྤྱོད་དང་  
དབྱེར་མེད་མ་སྤྱོད་བའི། ཤེས་པ་རང་བྱུང་ཡེ་ཤེས་མིན། གང་དུ་དབྱེར་མེད་  
སྤྱོད་བའི་ཆོ། སྤྱོད་ཕྱིར་མི་སྐྱེ་མི་འགག་ལ། གནས་མེད་གཟུང་དུ་མེད་པ་  
ཡི། རང་བཞིན་འོད་གསལ་གཉུག་མའི་དོན། རང་བྱུང་ཡེ་ཤེས་གང་ཡིན་  
པ། བདེན་གཉིས་དབྱེར་མེད་ཆོས་ཉིད་དེ། དབུ་མ་ཆེན་པོའི་རང་བཞིན་  
ཡིན། ཆོས་དབྱིངས་ཞེས་པ་ཡུལ་དང་ནི། ཡེ་ཤེས་ཞེས་པ་ཡུལ་ཅན་དང་། །  
ཡུལ་ཅན་མི་རྟག་ཡུལ་རྟག་པར། ཇི་སྤྱིད་སོ་སོར་སྒྲུབ་དེའི་རིགས། དབྱིངས་  
རིག་དབྱེར་མེད་རང་བྱུང་གི། ཡེ་ཤེས་རྗེན་པར་སྤྱོད་བ་མིན། ཡེ་ཤེས་རྗེན་  
པར་ངོས་ཟིན་ཆོ། ཆོས་དབྱིངས་བྱས་ཀྱང་དེ་ག་རང་། ཡེ་ཤེས་བྱས་ཀྱང་དེ་  
ག་རང་། དབྱེར་མེད་བྱས་ཀྱང་དེ་ག་རང་། དེ་ཉིད་དོན་དམ་གཉུག་མ་དང་། །  
ལྷན་སྐྱེས་བདེ་ཆེན་ཆོས་ཀུན་གྱི། ཆོས་ཉིད་ནམ་ཡང་འབྱུང་བ་མེད། འོན་  
ལ་སྐྱེད་སྐྱེ་མེད་གཉིས། རོ་སོར་དབྱེ་བ་ཡོད་ན་འདི། དབྱིངས་རིག་དབྱེར་  
མེད་ཆོས་ཉིད་ནི། བཅས་ཡང་སྤྱིད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་ཕྱིར་ལྷོག་པས་བྱས་ན་  
ཡང་། འོན་ལ་དབྱེར་མེད་ངོ་བོ་དེ། གཉིས་སྒྲུབ་ཅན་གྱི་སྒྲོའི་སྒྲོན་ཡུལ། ཀུན་

ལས་རབ་རྩ་འདས་ནས་སྟ། །སོ་སོ་རང་རིག་གིས་སྤྱོད་ན། །བརྗོད་མེད་མཉམ་  
 བའི་དོན་ལ་རེག །དེ་ལ་སྣང་སྣང་གཉིས་སྟེམ་ད། །ཆོས་དང་ཆོས་ཉིད་དབྱེར་  
 མེད་ལ། །ཡུལ་དང་ཡུལ་ཅན་འབྱེད་དུ་མེད། །ཐིག་ལེ་ཉག་གཅིག་ཆོས་ཀྱི་  
 དབྱིངས། །ཐ་སྟད་ཆོག་གིས་མི་མཆོན་ཡང་། །སོ་སོ་རང་རིག་འོད་གསལ་  
 བ། །ཡེ་ནས་བབས་ཀྱི་གནས་བ་ཡི། །གནས་ལྷགས་དོན་ལ་སོམ་ཉི་བྲལ། །  
 དེར་ནི་འཁོར་འདས་ཆོས་ཀྱུན་ཀྱང་། །མཉམ་ཁིང་དག་ལ་འཕེལ་དབྱི་མེད། །  
 ཨེ་མ་ངོ་མཚར་མྱད་ཀྱི་ཆོས། །ཐིག་ཆེན་ལམ་ཀྱུན་དེ་ལ་ཐུག །དོན་གྱི་རྣམ་  
 བ་རྣམ་དག་དབལ། །ངེས་པ་དོན་གྱི་འཇམ་དབལ་ཡིན། །རྒྱ་འབྱུག་རྒྱ་ཀློང་ཆོས་ལ་  
 ལ་མི་ལམ་བས་བྱིས། །གནད་ཆོམོ། །

༥ ། ཡུལ་གྱི་སྣང་བ་མེ་འོད་གཟུགས་བརྟན་འདྲ། །རིག་པའི་རྒྱན་དུ་བཀོད་  
 བ་རྣམ་པར་བཀ། །དགག་སྒྲུབ་ཅི་ཡང་མེད་དོ་དེ་གར་ཞོག །སེམས་ཀྱི་འཛིན་  
 བ་ནམ་མཁའི་སྒྲིག་རྒྱ་འདྲ། །རིག་པའི་རྩལ་ལས་ཤར་བ་ལ་ལེར་གསལ། །  
 ཕྱིས་གདབ་ཅི་ཡང་མེད་དོ་དེ་གར་ཞོག །ཡུལ་དང་ཡུལ་ཅན་སེམས་ཀྱི་སྣང་  
 བ་ཀྱུན། །རྒྱུན་ལས་སྒྲུ་ཁིང་འཕོ་འགྱུར་རིས་སྟུམ་ད། །མེད་སྣང་སྣང་བའི་  
 གཟུགས་བརྟན་སྣ་ཆོགས་སྣང་། །འདི་ཀྱུན་རང་བཞིན་དབྱིངས་དང་དབྱེར་  
 མེད་ཀྱང་། །འདི་ཀའི་རྗེས་སྟེག་འགྱུར་བཅས་ཀྱུན་རྟོག་གིས། །སྒྲིབ་བྲལ་  
 འགྱུར་བ་མེད་པའི་གཤིས་ལྷགས་དོན། །ཐད་ཀར་ཅར་ཕོག་རྟོགས་པར་དཀའ་  
 བས་ན། །སྣང་བས་མ་བསྐྱུས་འཛིན་པས་མ་བསྐྱད་པར། །གང་སྣང་དགག་

སྐྱབ་མེད་པར་བཞག་པའི་ཚོ། ཡུལ་དང་ཡུལ་ཅན་ཁོལ་སུའི་སྤང་ཞེན་ཀུན། །  
 མ་འགགས་མ་བཅིངས་ཡན་གཞོད་ཀུན་དང་བུལ། ཀུན་བྱབ་རིག་པའི་དབྱིངས་  
 ཅི་སྟོགས་རིས་མེད། འོ་བོ་ཀ་དག་དམིགས་པའི་རྟེན་དང་བུལ། རང་བཞིན་  
 ལྷན་གྱུབ་གསལ་གདང་རྟོགས་པ་མེད། སྤྱགས་རྗེ་ཀུན་བྱབ་སྤྱི་ཞིའི་ཚོས་  
 ཀུན་རྫོགས། ཀ་དག་ནམ་མཁའ་ཀུན་གཞིའི་སྤྲུག་ཆད་ཅིང་། ལྷན་གྱུབ་  
 འོད་གསལ་གཟུང་འཛིན་སྐྱབས་ལས་གྲོལ། སྤྱི་ཞི་ཀུན་བྱབ་རྩྱའི་མེད་  
 སྤྱགས་རྗེའི་གཏེར། ཞེ་མ་ཡེ་སངས་རྒྱས་པ་སྤྱི་ཞིའི་དོན། སྤྱེ་མའི་མན་  
 དག་ལས་གྱིས་གང་མཐོང་བ། སྐྱབ་མེད་རིག་པའི་མཁའ་ལ་རྩྱའི་མེད་གནས།  
 དེ་ཆོ་ཡུལ་རྣམས་རྒྱ་མཚོར་གཟུང་སྒྲར་བཞིན། ཚོགས་དྲུག་ཤེས་པ་ནམ་མཁའ་  
 སྤྱི་ག་རྒྱ་བཞིན། གང་གར་ཡན་གཞོད་བུལ་བར་རྒྱན་དུ་བཀོད། རིག་པའི་  
 དང་དུ་བ་དད་མེད་པར་རོལ། རང་བདག་སེམས་ཀྱི་འཛིན་སུར་དབྱིངས་སུ་  
 ཞིག སྤྱི་ཞིའི་གདང་ག་ཚོས་ཉིད་གྲོང་དུ་བཅད། སྤྱང་སྤྱི་མ་ལུས་རིག་  
 པའི་དང་དུ་རྫོགས། སྦྱོན་དང་སྤྱི་བ་པ་ཡེ་ནས་ཡོངས་ཟད་ལ། ཡོན་ཏན་  
 ལྷན་རྫོགས་སྤྱི་པོ་བྱང་ཆུབ་སེམས། སྤྱང་སྤྱི་ཀུན་བཞུམ་བདེ་ཆེན་གདོད་  
 མའི་གནས། མཁའ་བྱབ་གཞུག་མ་སེམས་ཀྱི་རྩི་རྩེའི་སྤྱ། ཀུན་བཟང་འཇམ་  
 པའི་དབྱངས་དེ་འདི་ཉིད་དོ། །སྤྱང་སྤྱི་མཚོས་ལཱོ། མཁྱེན།

༥ ཞེ་མ་རྟོ། ཐེག་མཆོག་འོད་གསལ་དྲེ་རྟེན་པོ་ཡི། །བརྒྱད་གསུམ་  
 གྲུ་མའི་ཆོགས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །ཐུགས་བརྒྱད་དགོངས་པའི་བྱིན་རླབས་  
 སྟིང་ཞུགས་ནས། །ཆོ་འདིར་དྲེ་རྟེན་གྲུབ་མཐའ་སྟོག་པར་ཤོག །མཐོང་བའི་  
 ཆོས་ལ་དགོངས་པའི་རྩལ་རྫོགས་ཏེ། །འཇའ་ལུས་འཕོ་བ་ཆེན་པོའི་སྐྱུ་བརྟེས་  
 བས། །ནམ་མཁའ་ཇི་སྟིང་དྲེ་རྟེན་མའི་ལམ། །འགོ་ལ་སྟོན་ཅིང་ཐམས་ཅད་  
 སྟོན་གྱུར་ཅིག །བདག་ལ་མཐོང་ཐོས་དྲན་རིག་འབྲེལ་ཐོབ་རྣམས། ཐེག་  
 མཆོག་རྫོགས་པ་ཆེ་ལ་དད་གྱུར་ནས། །ལམ་དེས་འབྲས་སུ་མཛོད་དུ་བྱེད་བ་  
 ཡི། །སྐལ་བཟང་གདུལ་བྱ་དག་ཏུ་འགྱུར་བར་ཤོག །བདག་གིས་འགོ་ཁམས་  
 གྲུ་མཆོག་ནས་ཀྱི་བར། །རྒྱལ་བ་རིག་འཛིན་བརྒྱད་པའི་ཐུགས་ཀྱི་བརྩུད། །  
 འོད་གསལ་རྫོགས་པ་ཆེན་པོའི་བསྟན་པ་མཆོག །མཁའ་བྲུབ་ཁིང་དུ་འཛིན་  
 སྟོངས་སྟེལ་གྱུར་ཅིག །གང་དུ་སྟེས་ཀྱང་མི་མཐུན་བར་ཆད་བྲལ། །མཐུན་  
 པའི་རྟེན་ཆར་བསམ་དོན་ཡིད་བཞིན་འགྲུབ། །བསྟན་འགྲོའི་དོན་ལ་མཐུ་  
 དང་ལྷན་པ་ཡི། །སྒྲུལ་པའི་རྣམ་པོལ་གངས་མེད་འགྲེད་པར་ཤོག །མ་ལུས་  
 འགོ་ཁུན་གདོད་མའི་གོང་བྱེད་དུ། །ཐུམས་གཅིག་ཀུན་ཏུ་བཟང་པོའི་གོ་འཕང་  
 ལ། །འགོད་པའི་རླབས་ཆེན་སྟོན་ལམ་མཐུག་པ་། །རྩ་གསུམ་རྒྱལ་བའི་  
 བྱིན་གྱིས་བརླབ་ཏུ་གསོལ། །ཞེས་བའང་རང་གྱུ་འོད་གསལ་གྱི་རེ་འདོད་བཞིན་འཇམ་དཔལ་  
 དབྱེས་བསྟེན་པ་དག་ཡིགས་སུ་གྱུར་ཅིག །མཛུ་ལོ།

༡། རྫོགས་པ་ཆེན་པོའི་ལྷ་བའི་ཉམས་མགུར་  
སྒྲ་སྟན་གྱི་རོལ་མོ་ཞེས་བྱ་བ་  
བཞུགས་སོ། །

སེམས་ཉིད་ཆོས་སྒྲུ་རུང་སྟོང་བྲ་མ། །བཀའ་དྲིན་ལམོར་མེད་དེ་སྟོང་དབུས་  
བཞུགས་ཤིག །རིག་གསང་ཆོས་ཉིད་གྱི་གནས་ཚུལ་བསམས་ནས། །རྡོ་མཚར་  
དགའ་བའི་ཆོག་གསུམ་རེ་སྟོལ། །རིག་ཤེས་ནོར་བུ་དེ་ཡུན་རིང་སྟོར་བའི། །  
སེམས་ལྡན་དབུལ་མོང་ངས་ཅི་ཞིག་ལྟར་ཏེ། །རང་བྱུང་ལྡན་སྟེས་གྱི་ཆོས་སྒྲུའི་  
རང་ཞལ། །མཇལ་མ་ཐོང་བ་དེ་མཇལ་ལ་ཁད་སྟངས། །གང་ཤར་ཁྲེགས་  
ཆོད་གྱི་ཤེས་རབ་རལ་གྱི། །ཐད་ཀ་ཁོལ་བྱུང་གི་སེམས་ལ་བཏབ་བས། །དེ་  
ཡིན་འདི་མིན་གྱི་རོལ་བཟུང་བུལ་ཅམ། །རྡོ་བོ་སྟོང་རྒྱ་དེ་ཨེ་ཡིན་སྟམ་མོ། །  
གཟུང་འཛིན་སྒྲ་ཆོགས་འདི་རིག་པའི་རང་རྩལ། །ཁམས་གསུམ་བདེ་སྟུག་  
འདི་རིག་པའི་ཐ་རྒྱལས། །འབྱུལ་མེད་རིག་པ་དེས་མ་སྟོབ་ལུས་པའི། །འབྱུལ་  
སེམས་ཁོན་རང་བྱད་པར་རེའོ། །རྣམ་པ་གཅིག་ཏུ་ན་རང་བྱུང་རིག་པ། །ཁོ་  
ནའི་དྲིན་གྱིས་ནི་གྲོལ་བར་རེ་སྟེ། །གཤེས་ངན་འབྱུལ་སེམས་འདི་ཚུགས་  
ཐུབ་ཞིག་ན། །དུས་གསུམ་རྒྱལ་བས་ཀྱང་འདུལ་ཐབས་མི་འདུག །འབྱུར་  
བསྒྲ་ཆོགས་འདི་འབྱུར་མེད་རིག་པའི། །རྣམ་འབྱུར་ཡིན་པས་ན་གྲོལ་རྒྱུ་འདུག་



གོ། ཅིར་ཡང་མ་གྲུབ་པའི་སེམས་ཉིད་འདི་ཀ། ཅིར་ཡང་འཆར་བ་ཡི་མཛོན་  
 རྒྱུ་ཉམས་མྱོང་། །བཟུང་བས་ཟིན་མེད་གྱི་ཚུ་ནང་སྒྲགས་ལུགས། །འདི་ཀ་  
 ཅམ་ཞིག་ལ་གོ་རྒྱུ་འདུག་གོ། །སྒྲ་ཆོག་མ་འགྱུར་ན་གྱི་སེམས་དེ་བཙལ་བས། །  
 རྙེད་མེད་གཤིས་ལུགས་གྱི་བབས་སུ་ཤར་བ། །དྲི་མེད་རིག་ཁམས་ཁོ་ཡིན་  
 བར་འདུག་པས། །འབྲུལ་བྲལ་ཡེ་ཤེས་དེས་སྒྲོབ་བར་རེའོ། །རང་བྱུང་ཟག་  
 མེད་གྱི་རིག་པའི་བཞིན་རས། །ཀུན་གཞི་དྲངས་པ་ཡི་མེ་ལོང་ངོས་ན། །ཟིན་  
 བ་མེད་རྩྭ་གྱི་ཡོད་ཡོད་འདྲ་སྟེ། །སྒྲོན་པ་ང་འདས་ནི་རྟོག་དབྱེད་མ་ལྷགས། །  
 བརྒྱད་གསུམ་བླ་མ་ཡི་ཞལ་ཆེམས་མཐར་ཐུག། རྫོང་རྫོང་པོ་ཡིས་བྱ་ཞིག་བཏར་  
 བས། །ཐག་རིང་འཆོལ་བ་ཡི་དཀར་ལས་བཤོལ་ནས། །ལྷན་ཅིག་སྒྲེས་པ་  
 ཡི་ཡེ་ཤེས་མཐོང་རེ། །ད་ལྟར་རང་རེ་ཡི་རྟོགས་ལྡན་འགའ་ཞིག་ །བསྒྲོམ་  
 ཞེས་འཛིན་རྒྱ་ཞིག་ཡོད་ལ་རེ་བས། །ཡོད་མིན་མེད་མིན་གྱི་རོ་བོ་གཞི་གྲུབ། །  
 ཡ་ཏིའི་དགོངས་དོན་ནི་ཡིན་པར་སྒྲོམ་ཡང་། །མཐའ་བཞི་རང་སངས་ཀྱི་རྫོགས་  
 པ་ཆེན་པོར། །ཐུང་གསུམ་རྩྭ་ས་ཐུབ་ཅིག་ཡོད་སྐད་མི་འདུག། །སྒྲོས་བྲལ་  
 ཟང་ཐལ་གྱི་གནད་ལ་ཐིག་ན། །འདི་ཡིན་འདི་བསྒྲོམ་འདི་ཅི་འགྱུར་ཆེ་མེད། །  
 ཡོད་ན་ཡོད་རྒྱུ་དེ་དེ་ལྟར་བསྒྲོམ་མོད། །ཡོད་པའི་ཡོད་རྩྭ་དེ་ནམ་ཡང་མ་  
 མཐོང་། །མེད་ན་མེད་པ་ཞིག་ཕྱོགས་གཅིག་བསྒྲོམ་མོད། །མེད་པའི་ཁ་ཆོན་  
 བྱིན་མ་ཡང་མ་ཆོད། །ཡོད་མེད་གཉིས་ཀ་ནི་ཡིན་པའི་དབྱེ་ཆོས། །སེམས་  
 ཉིད་གཤིས་ལ་ནི་ནམ་ཡང་མི་གནས། །ཡོད་མེད་གཉིས་ཀ་ལས་བསྐལ་པའི་

ཤེས་བྱ། །ཡུང་གསུམ་བདེན་གྲུབ་ཅིག་ནམ་ཡང་མ་དམིགས། །འདི་ཡིན་དེ་  
 ཡིན་གྱི་ཡུལ་མ་རྟོན་ནས། །འདི་བསྐྱོམ་དེ་བསྐྱོམས་གྱི་འཛིན་སྐྱབས་ཞིག་མོད། །  
 ད་དུང་ཚོལ་འདོད་ཀྱི་ངལ་དུབ་ཟད་དེ། །བག་ཡངས་སྒོ་བདེ་ཡི་ངང་ལ་གནས་  
 མོ། །སྣ་ཚོགས་འགྲུ་དཔ་གྱི་བྱ་རྒྱབས་འགག་མེད། །ཡོད་ཞིག་ཡོད་མོད་དེ་  
 ད་ལྟའི་འདི་འདྲ། །རྒྱ་རྒྱ་རྒྱབ་རྒྱབ་ཅིག་ཡིན་ཚོད་མི་སྤང་། །འབྲུག་རོམས་  
 རྒྱལ་ལ་ཁུ་བ་ཇི་བཞིན། །འཇམ་འཇམ་སྒྱིད་སྒྱིད་ཅིག་ཡིན་པར་སྤང་དོ། །  
 བྱེ་མདོ་རྣམ་རིག་དང་དབུ་མ་ལལ་གྱིས། །རིག་ཁམས་དྲི་མེད་ཀྱི་ནོར་བུའི་  
 གཟུགས་ལ། །ཕྱི་དོན་བདེན་གྲུབ་ཀྱི་ས་ཡི་གོང་བ། །འཛིན་པ་བདེན་བཟུང་  
 གི་ལྷགས་གོང་ངར་མ། །མཚན་ཉིད་ཚུགས་བྱུབ་ཀྱི་འོད་བཟང་མར་མེ། །མེད་  
 དགག་སྟོང་རྒྱུད་གི་འཇའ་ཡི་དུམ་བ། །སྟོང་ཉིད་བདེན་ཞེན་གྱི་ནམ་མཁའི་  
 འོད་མདངས། །བདེན་གཉིས་མདོན་ཞེན་གྱིས་ཤེལ་གོང་དྲི་མེད། །ཐ་སྙད་  
 སྣ་ཚོགས་ཤིག་འདོགས་པར་བྱེད་ཀྱང་། །རིག་ཁམས་ནོར་བུ་དེ་སྟོར་ནས་  
 འདུག་གོ། །ས་དགེ་ཀར་འབྲུག་གི་མཁས་གྲུབ་མང་པོས། །གསལ་སྟོང་འཛིན་  
 མེད་ཀྱི་གནས་ལྷགས་དྲུངས་མ། །རྣམ་ཀུན་མཚོག་ལྷན་གྱི་སྟོང་ཉིད་སྟོས་  
 བལ། །མ་བཅོས་ལྷན་སྦྲེས་ཀྱི་ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོ། །ཡོད་མིན་མེད་མིན་གྱི་ཁས་  
 གྲུང་བལ་སོགས། །སྣ་ཚོགས་ཐ་སྙད་ཀྱི་ཞལ་ཚོ་སྟོན་ཀྱང་། །ཡུང་རིགས་མན་  
 དག་དང་མྱོང་བའི་སྟོབས་ཀྱིས། །སེམས་འདས་ཡེ་ཤེས་ཤིག་ཡིན་ན་ལེགས་  
 ཏེ། །མཇུག་མོ་འཇུགས་ས་དེ་ཅི་ཞིག་ཡིན་ཨང་། །ཕྱི་དོན་རྒྱུང་ཆད་དུ་དགག་

པ་མིན་པས། འོན་ཏེ་སྤྱི་གཉིས་ནམས་དགེས་དགེས་མཛོད་ཅིག རང་བཞིན་  
 སྤྱོད་ན་ཡང་མཁུན་ཆ་འཐད་པས། རྣམ་རིག་སྤྱི་བ་ཀུན་དགེས་དགེས་མཛོད་  
 ཅིག སྤྱོས་དང་བུལ་ན་ཡང་སྤྱོད་ཚུལ་བཟྱ་བས། རྒྱུ་གསུམ་མ་ཐན་པོ་ཀུན་  
 དགེས་དགེས་མཛོད་ཅིག ཡོད་ཀྱང་བདེན་གྲུབ་གྱི་ལས་ལེན་མེད་པས། །  
 མེད་དགག་སྤྱི་བ་ནམས་དགེས་དགེས་མཛོད་ཅིག རྩལ་དང་སྦྱད་ཅིག་མའི་  
 ཆོས་ལས་འདས་པས། སྤྱོད་ཉིད་རྟག་སྤྱི་བ་ཀུན་དགེས་དགེས་མཛོད་ཅིག །  
 བདེན་གཉིས་མི་འགལ་བར་བཟུང་ཡང་ཆོག་གིས། བདེན་གཉིས་མཛོད་  
 ཞེན་ཀུན་དགེས་དགེས་མཛོད་ཅིག གསལ་སྤྱོད་འཛིན་མེད་དེ་འདི་ལ་ཟེར་  
 བས། སྤྱོབ་བཤད་བརྒྱུད་འཛིན་ནམས་དགེས་དགེས་མཛོད་ཅིག སྤྱོས་བུལ་  
 ལུ་ཐག་དེ་འདི་ནས་ཆོད་པས། བཀའ་གདམས་གསར་མ་ནམས་དང་གུང་མ་  
 བྱེད། མ་བཅོས་ལྟན་སྤྱི་བ་ཀུན་དེ་འདི་ལ་ཟེར་བས། རྫོགས་ལྟན་ཐན་པོ་ནམས་  
 གདར་གཞོན་མཛོད། ཡང་དག་རིགས་ལམ་དེ་འདི་ལ་མཛོད་པས། ལྷན་  
 བསྐྱེད་ཐོས་ཏུང་ནམས་བཤད་ལ་མ་སྒྲིག་ འོན་ཀྱང་གནས་ལུགས་ལ་གོམས་  
 པ་རྒྱུང་ནམས། ཟབ་མོའི་གནད་གསང་ཞིག་མཛོད་གསལ་ཡིན་སྟེ། འོ་པོ་  
 བྱེད་ཅིག་ལ་མི་གྲུས་མ་ལགས། འོག་ཕྱག་བྱུང་ན་ནི་བཟོད་པར་མཛོད་ཅིག །  
 ཐེག་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཕྱི་རྒྱལ་ཨ་ཏི། འོ་པོས་ཇི་བཞིན་དུ་རྫོགས་པ་མིན་  
 ཡང་། ལམ་མེས་གཞུང་ལུགས་ཀྱི་རྟོག་པོ་བཟང་པོ། དད་བརྟན་ཤེས་རབ་གྱིས་  
 ཞོན་ཚུལ་མ་ཐན་པས། ཀུན་ཤེས་གཅིག་སྤྱི་གཉིས་ལས་ཐར་ཏེ། གཅིག་

ཤེས་ཀུན་གྲོལ་གྱི་ཐང་ལ་སྤེལ་ས་སོ། ། ཚོལ་དགོས་མི་འདུག་སྟེ་ཚོལ་མཁན་  
རང་ཡིན། ། ཞེན་བས་མི་བསྐྱེ་སྟེ་ཞེན་མེད་རང་གྲོལ། ། སྤང་བ་མི་འགོག་སྟེ་  
གང་ཤར་གཏུག་མ། ། ཏྲག་ཆད་མཐའ་བུལ་གྱི་ཡོ་ལང་བསྐྱུང་ངོ་། ། ཡེ་ཤེས་  
མ་མཐོང་ཡང་མིང་ཅམ་ཞིག་གིས། ། རིག་བ་དྲིན་ཅན་དེ་ཡུན་རིང་སྟོར་བ། །  
འབྲལ་མེད་སྟན་ཅིག་ཏུ་བཞུགས་པར་སྤང་གི། ། བརྒྱད་གསུམ་སྤྱུ་མ་དེ་བཀའ་  
དྲིན་ཆེན། ། ཁེམས་ཉིད་ཆོས་སྐྱུ་རུ་འདུ་འབྲལ་མེད་བས། ། བཀའ་དྲིན་གཙོ་  
ཐབས་སུ་གནས་ལུགས་བསྐྱུང་ངོ་། ། ཐ་སྙད་སློ་འདས་ཀྱི་རང་བྱུང་ཡེ་ཤེས། །  
རང་ཤར་རྩེལ་མེད་ཀྱི་མཁའ་ལ་འཕྱོ་བས། ། བདེ་ཆེན་ཀུན་བཟང་གི་དགོངས་  
སྟོང་ཡངས་པར། ། མ་ཁན་འགོ་བ་ཀུན་བདེ་བླག་འཁྲིད་དོ། ། ཞེ་མའོ་ངོ་མཆར་  
རིག་པ། ། ཞེ་ཏོ་ཡ་དགེས་པའི་རང་རྩལ། ། ཞེ་ཇི་ཏའི་སྒྲིང་ལ་བསྐྱུར་ཆོ། ། ཞེ་  
ལ་ལ་གསང་ཆོག་སྤྲུས་སོ། ། ཞེས་པ་རིག་པར་ཤེས་ཀྱི་སྐྱེས་སྤྲུང་གྱི་རོལ་མེ་ཞེས་བྱ་བ་འདིའང་  
ཁྱབ་བདག་འཇམ་པའི་དབྱངས་ཀུན་མཁྱེན་དོ་ནི་ཇེ་གཞི་བཞིན་གྱིས་ལུང་སྒྲིའི་ལྷ་མགུང་གྱི་ཆོག་རིས་དང་ཅི་  
ནས་མཚུངས་པའི་རྣམ་པའི་ལྷ་མགུང་ཞིག་གིས་ཞེས་པའི་བཀའ་ལུང་སྐྱེ་བོར་མཚོན་དེ་ཐེག་པ་མཆོག་ལ་ལྷག་  
པར་མེས་པའི་མི་ལམ་སློ་གོས་དྲི་མེད་ཅེས་བྱ་བ་སུ་ཇོང་སར་བཀའ་ཤིས་ལྷ་རྩེར་སྐྱུང་བ་མཛད་པོ། །

༥ སྤྲོ་མ་བསྐྱེད་འབྱུང་གནས་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ། །འདིར་ཆོས་ཐམས་ཅད་  
 གྱི་གནས་ལྷགས་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཆོས་གྱི་དབྱིངས་དང་ཡང་དག་པའི་མཐའ་དང་  
 བདེ་གཤེགས་སྒྲིང་པོ་ལ་སོགས་པའི་མཚན་གྱི་རྣམ་གྲངས་དང་རྣམ་པར་བཞག་  
 པ་དུ་མས་མདོ་སྡེ་ཟབ་མོ་རྣམས་ལས་གསུངས་ཤིང་། དེས་དོན་སྒྲགས་གྱི་  
 ཐེག་པ་ཆེན་པོར་ནི་ཆོས་ཉིད་རྣལ་མ་ལ་ཤེག་པའི་ཐབས་གྱི་མན་ངག་ཟབ་མོ་  
 རྣམས་བསྟན་ཅིང་། གང་ན་ལ་དབབ་བྱའི་དོན་ལྷག་པའི་བདེན་པ་དབྱེར་མེད་  
 ཆོས་སྐྱེ་ཆེན་པོ་འཇམ། ལྷན་ཅིག་སྒྲེས་པ། རང་བྱུང་གཞིར་གནས་གྱི་ཡེ་ཤེས།  
 གཞུག་མ་སེམས་གྱི་དོ་རྩེ། བདེ་པ་ཆེན་པོ། ཀ་དག་ལྷན་གྲུབ་ཤིག་སྟོང་ཐིག་  
 ལེ་ཉག་གཅིག་ལ་སོགས་པའི་མཚན་གྱིས་བསྟན་པ་མཚོན་བྱ་དོན་གྱི་དེ་ཁོ་ན་  
 ཉིད་གྱི་དོ་བོ་ནི་ཡར་ལྷན་ཐེག་པ་དང་། སྒྲགས་སྤྱི་མེད་གྱི་ལམ་གང་ལ་བརྟེན་  
 བས་གང་ན་ལ་ཡབ་ཀྱང་། མཐར་ཐུག་གི་དོ་བོ་རྩེན་པ་ནི་རང་བྱུང་བསལ་བཞག་  
 མེད་པའི་ཚུལ་གྱིས་ཁོང་དུ་རྒྱུད་པ་ལས་རྟོགས་ཐབས་གཞན་མེད་པས་ན། དཔལ་  
 ལྷན་སྤྲོ་མ་རྣམས་གྱི་དོན་བརྒྱུད་དགོངས་པའི་བྱིན་རྒྱལས་འཕྲོས་ནས་ཤིག་པ་  
 རྩལ་གྱི་དབང་ཐོབ་པ་ལས། རང་གི་སེམས་གྱི་ཆོས་ཉིད་ཤིག་སྟོང་ཟང་ཀ་མ་  
 ཡེ་ནས་བཅོས་བསྐྱར་སྤྲང་སྤྲང་བྱ་རྩལ་ལས་འདས་པ་འདི་ཉིད་ཐད་ཀར་རང་  
 བབས་སུ་བཞག་པའི་གཤིས་ལྷགས་ལ་ཁོ་ཐག་ཆོད་པ་དེ་ག་ཆོས་ཐམས་ཅད་  
 གྱི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་གཤིས་རྫོགས་པ་ཆེན་པོ་ཡིན་ནོ། །དེའི་ངང་ན་འཁོར་འདས་  
 གྱི་ཆོས་ཐམས་ཅད་ལུང་ལུང་པས་ཡེ་ནས་གྲོལ་འབྱུང་སྤྲང་སྤྲང་ལས་འདས་

ཀྱང་། དེ་ལྟར་མ་རྟོགས་པར་གཞུང་འཛིན་སེམས་ཀྱི་དབང་གིས་དོན་ལ་མེད་  
 བཞིན། རང་དོར་སྤང་བའི་འབྲུལ་སྤང་འགྲོ་བ་དུག་གི་སྦྱོད་ཡུལ་བསམ་གྱིས་  
 མི་བྱབ་པ་ལུག་རྒྱུད་དུ་འཁོར་བ་ཡིན་པས་ན། ཆོས་ཉིད་ཡེན་ས་ཡོད་པས་  
 མི་ལན་དེ་ལྟར་ཤེས་དགོས། གོ་མྱོང་གིས་ཤེས་པ་ཙམ་གྱིས་མི་ལན། ཡང་  
 ཅས་ཡང་དུ་གཤིས་བྱར་མེད་ཀྱི་རང་དུ་གོམས་དགོས། གོམས་པ་ཙམ་གྱིས་  
 མི་ལན་ཏེ་གཤིས་ཐོག་དུ་ཤེབས་དགོས། གཤིས་ཀྱི་གནས་ལུགས་དེའི་སྤྱིང་  
 དུ་སྒྲིམ་པས་ཤེབས་ན། སྒྲིམ་པའི་འཕྲང་ལས་ལྟ་བུའི་རྫོང་ཟིན་པ་ཡིན་ཏེ། དེའི་  
 ཆེ་གང་ཟག་རང་གི་རྒྱུད་ལ་བརྟག་ན་འབྲས་བུ་སྟུག་བསྐལ་དང་། རྒྱ་ཉོན་  
 མོངས་རྣམས་ཀྱིས་མི་གནོད་པར་མཛོན་སྤྲུམ་མཐོང་དུས་རང་རྒྱུད་གྲོལ་བ་ཞེས་  
 བྱ་བ་ཡིན་པས། ད་ལྟ་ན་ཆ་རྟེན་ངན་ཆོག་རྒྱུབ་ཙམ་དང་། ཆགས་སྤང་ལྡོམ་  
 ཡང་མ་ཞི་བཞིན་དུ་ཐམས་ཅད་སྤང་དོར་མེད་ཅེས་གཤིས་ཀྱི་གོ་ཡུལ་ཙམ་ལ་  
 གདིང་འཆའ་བ་དང་། གཤིས་མཉམ་པ་ཉིད་སྤང་དོར་མེད་པའི་དོན་མ་ཤེས་  
 པར་ཟབ་མོའི་དོན་ལ་མཐོ་མཐོ་ཟབ་ཟབ་མོས་མི་ལན་སྟུམ་དུ་བསམ་པར་མི་  
 བྱ་བར། དེས་དོན་ཀྱི་གནས་ཟབ་མོ་ལ་ཐེ་ཆོམ་བུལ་བའི་དེས་པ་བསྐྱེད་པར་  
 བྱ། དེ་གོ་བ་ཙམ་གྱིས་ཉོན་མོངས་སོགས་སྤུལ་ལ་མ་ལོག་ཀྱང་། གཤིས་དོན་  
 མ་གོམས་པ་རང་གི་ཉེས་པར་བལྟས་ལ་ཅི་ནས་བཟོ་བཅོས་བསལ་བཞག་མེད་  
 པར་རིག་པའི་རང་བསྐྱུང་བས་རིག་འཛིན་གྱི་བྱུབ་མཐའ་བསྟན་པར་བྱའོ། །  
 སྤྱི་མ་དཔལ་ལྷན་མཆོག་གི་གསུང་བསྐུལ་བཞིན། །ཟབ་དོན་རྩོལ་མེད་སྒྲིམ་

པའི་ནལ་འབྱོར་གནད། །ཟིག་འཛིན་གོང་མ་རྣམས་གྱི་མན་ངག་བཞིན། །དུག་  
ལྷའི་མེ་འབར་མི་པམ་ཞེས་པས་བྱིས། །ནམ་མཁའི་སྒྲིང་པོའི་མདོ་སྒྲེའི་ལུང་  
འབོགས་པ། །གང་གི་སྒྲུབས་སུ་བྱུང་པར་བྱུང་བ་འདིས། །ཐེག་མཆོག་ལམ་  
གྱི་སྒྲུང་བ་རབ་གསལ་ནས། །མཁའ་བྱུང་འགོ་ཀུན་གདོད་མའི་སར་བྱིན་ཤོག།  
ལྷགས་སྒྲུག་ལྷོ་(ཆེས་ཉ་ལའོ། །མརྒྱ་ལྟ། ॥

༥ རྟོགས་ལྟན་གྲན་པོ་རྣམས་ཀྱི་ལུགས་སེམས་དོ་  
མཛུབ་ཚུགས་ཀྱི་གདམས་པ་མུན་སེལ་  
སྟོན་མེ་བཞུགས་སོ། །

སྤྱི་མ་དང་འཇམ་དཔལ་ཡེ་ཤེས་སེམས་དཔལ་ལ་བྱུག་འཛལ་ལོ། ། བློས་བསམ་  
སྟོང་བ་རྒྱ་ཆེན་མི་དགོས་པར། །མན་ངག་ལུགས་ཀྱིས་སེམས་དོ་སྟོང་བ་ཡི། །  
གོང་སྤྲུགས་པལ་མོ་ཆེ་ཞིག་ཆོགས་རྒྱུང་དུས། །རིག་འཛིན་ས་ལ་གཤེགས་ཏེ་  
ལམ་ཟབ་མཐུ། །དེ་ཡང་རང་གི་སེམས་འདི་རང་བབས་སུ་ཅི་ཡང་མི་བསམ་  
བར་བཞག་ནས་དེ་ཡི་རང་དུ་དྲན་པའི་རྒྱན་བསྐྱར་བ་དེ་ཡི་ཆོ། །བཏང་སྟོམས་  
ལུང་མ་བསྟན་གྱི་ཤེས་པ་མུན་ནེ་ཐོམ་མེ་བ་ཞིག་འབྱུང་། །དེ་ལ་འདི་ཤེས་དེ་  
ཤེས་ཀྱི་ལྷག་མཐོང་གང་ཡང་མ་སྟེས་པའི་ཆོན། །དེའི་ཆནས་སྤྱི་མ་དག་མ་  
རིག་པར་མིང་འདོགས་པར་འདུག། །དེ་ལ་འདི་འདྲ་འདི་ཡིན་གྱི་ངེས་བཟུང་  
སྤྱི་མ་ཤེས་པའི་ཆནས་ལུང་མ་བསྟན་ཞེས་མིང་བཏགས། །ཅི་ལ་གནས་དང་  
ཅི་བསམ་པ་སྤྱི་མ་མེད་པས་ཐ་མལ་བཏང་སྟོམས་ཞེས་བཏགས་ཏེ། །ཡིན་ནི་  
ཀུན་གཞིའི་རང་དུ་ཐ་མལ་རང་གར་བསྟན་པ་ཡིན། །བཞག་ཐབས་དེ་འདྲ་བ་  
ལ་བརྟེན་ནས་མི་རྟོག་ཡེ་ཤེས་བསྐྱེད་དགོས་ཀྱང་། །རང་ངོ་རིག་པའི་ཡེ་ཤེས་  
མ་ཤར་བ་དེ་འདྲ་སྟོམ་གྱི་དངོས་གཞི་མ་ཡིན་ཏེ། །ཀུན་སྟོན་ལས། ཅི་ཡང་



དྲན་མེད་ཐོམ་མེ་བ། །དེ་ཀ་མ་རིག་འབྱུང་པའི་རྒྱ། །ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་  
 བོ། །དེ་ལྟར་ཅི་ཡང་མ་དྲན་མ་འབྱུངས་པའི་ཤེས་པ་ཐོམ་མེ་བ་དེ་འདྲ་སེམས་  
 ཀྱིས་མྱོང་བས་ན། དེ་འདྲའི་དོན་ཤེས་མ་ཁན་དང་མི་བསམ་པར་འདུག་མ་ཁན་  
 ཁོ་རང་ལ་བབ་ཀྱིས་བལྟས་པས། འབྱུང་བ་བྱུང་པའི་རིག་པ་བྱིན་པ་མེད་པར་  
 ཟང་ཐལ་ལེ་བ་ནམ་མཁའ་དྲངས་པ་ལྟ་བུ། མུང་བྱ་མྱོང་བྱེད་གཉིས་མེད་ཀྱང་  
 རང་གི་རང་བཞིན་རང་གིས་ཁོ་ཐག་ཆོད་ནས་འདི་ལས་གཞན་ཅི་ཡང་མི་འདུག་  
 ལྷན་པ་བྱུང་ན། དེ་ལ་བསམ་བཞིན་ཀྱིས་འདི་འདྲ་ཞེས་སྒྲུབ་མེད་པས་མཐའ་  
 བྱལ་དང་བཞིན་བྱལ་དང་གཞུག་མའི་འོད་གསལ་དང་། རིག་པ་ཞེས་བཏགས་  
 ཆོག་སྟེ། རང་རོམ་ཐོད་པའི་ཡེ་ཤེས་ཤར་བས་དམུ་ཐོམ་མེ་བའི་མུན་པ་དངས་  
 ཏེ་ནམ་ལངས་བས་བྱིམ་ནང་མཐོང་བ་ལྟར་རང་གི་སེམས་ཀྱི་ཆོས་ཉིད་ལ་ངེས་  
 ཤེས་སྒྱུས་པས་སོ། །འདི་ལ་མ་རིག་སྒྲོང་འཕྱུང་པའི་མན་ངག་ཅེས་  
 བྱའོ། །དེ་ལྟར་རྟོགས་ཆེ་ཆོས་ཉིད་དེ་ལྟ་བུ་ནི་རང་བཞིན་བབ་ཀྱིས་ཡེ་ནས་  
 གནས་པས་རྒྱ་རྒྱེན་ཀྱིས་འདུས་མ་བྱས་པ་དང་། དུས་གསུམ་འཕོ་འགྱུར་མེད་  
 པ་ཡིན་པར་ཤེས་ཤིང་། དེ་ལས་གཞན་དུ་གྱུར་པའི་སེམས་ཞེས་བྱ་བ་རྒྱལ་  
 ཅོམ་ཡང་ཡོད་པར་མི་དམིགས་སོ། །སྒྲུ་མ་མུན་ཐོམ་མེ་བ་དེ་ལ་བཞིན་དུ་མེད་  
 ཀྱང་། ཅི་ཡང་བཞིན་མ་ཤེས་པས་ཁོ་ཐག་མ་ཆོད་པ་ཡིན་ལ། རིག་པ་ལ་བཞིན་  
 དུ་མེད་ཀྱང་བཞིན་མེད་ཀྱི་དོན་ལ་ཐེ་ཆོམ་མེད་པའི་ཁོ་ཐག་ཆོད་པས། མིག་  
 མེད་དང་མིག་ལྡན་ལྟར་འདི་གཉིས་ཀྱི་བཞིན་དུ་མེད་ཚུལ་བྱུང་ཆེ་བས། ཀྱན་

གཞི་དང་ཆོས་སྐུའི་དབྱེ་བ་ཡང་འདིར་གནད་འདུས་སོ། །དེས་ན་ཐ་མལ་གྱི་  
ཤེས་པ་ཞེས་པ་དང་། ཡིད་ལ་མི་བྱེད་པ་དང་། བརྗོད་བྲལ་སོགས་ལ་ཡང་  
དག་ཡིན་མིན་གཉིས་ཡོད་པས་སྒྲུ་མ་ཐུན་དོན་འཕགས་ཀྱི་གནད་དེས་པར་བྱས་  
ན་ཟབ་མོའི་ཆོས་ཀྱི་དགོངས་ཉམས་རྟེན་པར་འགྱུར་རོ། །སེམས་དེའི་ངང་དུ་  
རང་བབ་བཞག་ཆོ་ཁ་ཅིག་གིས་གསལ་ཙམ་རིག་ཙམ་སྒྲོང་རྒྱར་བྱས་ཏེ་ཡིད་  
ཤེས་ཀྱིས་གསལ་ལོ་སྒྲུ་མ་པའི་ངང་དུ་འཛོག་ །ཁ་ཅིག་གིས་སྒྲོང་ཆམ་མེ་བ་ཤེས་  
པ་སྒྲོང་སོང་བ་ལྟ་བུ་ལ་སེམས་འཛིན་གྱིང་། འདི་གཉིས་ཀ་ཡིད་ཤེས་ཀྱི་ཆ་  
གཟུང་འཛིན་གྱི་ཉམས་ལ་ཞེན་པ་ཙམ་ཡིན་པས། དེའི་ཆོག་སལ་བ་དང་གསལ་  
བར་འཛིན་མ་ཐན། སྒྲོང་པ་དང་སྒྲོང་བར་འཛིན་མ་ཐན་གྱི་ཤེས་པ་དུན་འཛིན་  
གྱི་རྒྱུད་ཐེང་དེ་བ་དེའི་བབ་ལ་བལྟས་པས། གཟུང་འཛིན་དུ་ཞེན་པའི་རྣམ་  
ཤེས་ཀྱི་རྟེན་ཐུར་ཐུང་སྟེ་རྟེན་ནི་ཡི་དེ་བ་གསལ་སྒྲོང་མཐའ་དབུས་དང་བྲལ་  
བའི་རང་བབ་ཁོ་ཐག་ཆོད་དེ་དུངས་སེང་དེ་བ་བྱུང་ན་དེ་ལ་རིག་ངོ་ཞེས་མིང་  
འདོགས་ཏེ། འཛིན་པ་ཙན་གྱི་ཉམས་ཀྱི་ཤུན་པ་དང་བྲལ་བའི་རིག་པ་ཡེ་ཤེས་  
རྟེན་པར་ཤར་བ་ཡིན་ནོ། །འདི་ལ་སྤྱིད་པའི་དུ་བ་གཅོད་པའི་མན་དག་ཅེས་  
བྱའོ། །དེ་བཞིན་དུ་ཡིད་དབྱེད་ཉམས་ཀྱི་སྒྲུན་པ་སྒྲུ་ཆོག་སལ་དང་བྲལ་བའི་རིག་  
པ་འབྲས་སྟེ་ལྟ་བུ་སྒྲུ་ཆོས་ཉིད་ཀྱི་རང་བབ་རང་གསལ་གྱི་སྒྲོན་སངས་ཟེན་པར་  
བྱའོ། །རིག་པའི་བབ་ངོ་ཤེས་པ་ཙམ་གྱིས་མི་ཆོག་པར་དེ་གའི་ངང་དུ་གོམས་  
པའི་གནས་ཆ་བརྟན་དགོས་པས། ཤེས་པ་རང་བབ་བཞག་པའི་དུན་རྒྱན་མ་

ཡངས་པར་སྐྱོང་བ་གལ་ཆེ། དེ་ལྟར་སྐྱོང་དུས་དེས་ཅི་ཡིན་མེད་པའི་མི་རྟོག་  
 རྒྱུན་པོ། དེས་ལྷག་མཐོང་གི་དྲངས་ཆ་ཐོན་པའི་མི་རྟོག་ཟང་ཐལ། དེས་བདེ་  
 ཉམས་ཞེན་པ་ཅན། དེས་བདེ་ཉམས་ཞེན་མེད། དེས་སྣ་ཆོགས་གསལ་ཉམས་  
 འཛིན་པ་ཅན། དེས་དྲངས་གསལ་སྣོགས་མེད་འཛིན་བྲལ། དེས་རྩལ་ཉམས་  
 མི་སྤྱུག་པ། དེས་འཇམ་ཉམས་ཡིད་འོང་། དེས་རྣམ་རྟོག་ཆེས་འཕྱུང་ཆེ་པའི་  
 སྤྱིར་འབྲངས་ནས་སྒྲོམ་སྟོར་པ། དེས་འཐིབ་དྲངས་མི་སྤྱེད་པས་རྟོགས་པ་ཅན་  
 སོགས། ཐོག་མེད་ནས་ཤོམས་པའི་རྣམ་རྟོག་དང་ལས་རྒྱུད་གི་བྱ་བས་སྣ་  
 ཆོགས་དེས་པ་དང་ཆད་བཟུང་མེད་པར་འབྱུང་བ་ནི། ལམ་རིང་པོར་ཞུགས་  
 པས་བདེ་གཟར་སྣ་ཆོགས་ཀྱི་གནས་མཐོང་བ་དང་འདྲ་བས་གང་གར་ཆེད་  
 འཛིན་མེད་པར་རང་ལམ་བསྐྱུང་། ལྷག་པར་མ་ཤོམས་པའི་དུས་ན་རྣམ་རྟོག་  
 སྣ་ཆོགས་མེ་ལྟར་འབར་བ་གཡོ་བའི་ཉམས་ཀྱི་དུས་སུ་དེས་མ་སྤྱོད་པར་བྱས་  
 ཏེ། སྒྲིམ་སྟོད་རན་པོས་རྒྱུན་མ་བཏང་བར་བསྐྱུང་བས་ཐོབ་པ་སོགས་ཉམས་  
 བྱིམ་དག་དེས་བཞེན་འབྱུང་ངོ་། །འདི་དུས་སྤྱིར་དེག་པ་དང་མ་དེག་པ། ཀྱན་  
 གཞི་དང་ཆོས་སྐྱུ། རྣམ་ཤེས་དང་། ཡེ་ཤེས་ཀྱི་བྱུང་པར་བྲལ་མའི་མན་ངག་  
 གིས་ཉམས་སྤྱོད་གི་སྟེང་ནས་ངོ་འཕྲོད་པ་གཏིང་དུ་བྱས་ནས། སྐྱོང་དུས་ཚུལ་  
 བསྐུལ་ན་དྲངས་པ་ལྟར། རྣམ་ཤེས་རང་སར་བཞག་པས་དེའི་ཆོས་ཉིད་ཡེ་  
 ཤེས་རང་བྱུང་དུ་གསལ་པའི་མན་ངག་གཙོ་བོར་བྱ་དགོས་ཀྱི། བདག་གི་སྒྲོམ་  
 རྒྱུ་འདི་རྣམ་ཤེས་སམ་ཡེ་ཤེས་གང་ཡིན་ཞེས་སྤངས་སྤང་གི་དབྱུང་ར་དང་དཔེ་

ཆའི་གོ་རྟོག་གི་འདུ་འཕྲོ་སྒྲེལ་བར་མི་བྱ་སྟེ། དེས་ནི་ལྷག་གཉིས་ཀ་ཅུང་ཟད་  
སྒྲིབ་བར་འགྱུར་རོ། །རང་བབ་འཛོག་པའི་དྭན་པའི་རྒྱན་བརྟན་པའི་ཞིག་ནས་  
ཀྱི་གོ་མས་ཆ་དང་། རང་ངོ་རང་གསལ་དུ་ཤེས་པའི་ལྷག་མཐོང་རང་ཤུགས་  
ཀྱིས་འབྲེལ་བའི་ཚུལ་དུ་གོ་མས་པ་བརྟན་པོར་སོང་བ་ན། རང་བབ་ཡེ་གནས་  
དང་། རང་བཞིན་འོད་གསལ་གྱི་ཞི་ལྷག་ཡེ་ནས་དབྱེར་མེད་པ་རང་བྱུང་གི་  
ཡེ་ཤེས་རྫོགས་པ་ཆེན་པོའི་དགོངས་པ་འཆར་བར་འགྱུར་རོ། །འདི་ནི་མཁའ་  
ལྟར་མཉམ་པ་ཉིད་ལ་གནས་པའི་མན་ངག་གོ། །དེ་ལྟར་ཡང་དཔལ་ས་ར་རྟམ།  
བསམ་དང་བསམ་བྱ་རབ་རྟུ་སྒྲངས་ནས་སྟ། །བསམ་མེད་བྱ་རྒྱུང་ཚུལ་དུ་གནས་  
བྱ་ཞིང་། །ཞེས་བཞག་ཐབས་དང་། སྒྲ་མའི་ལུང་ལ་བསྒྲིམས་ཏེ་རབ་འབད་  
ན། །ཞེས་རིག་པ་ངོ་སྟོན་པའི་མན་ངག་དང་ལྡན་པར་བྱས་ན། ལྟན་ཅིག་  
སྒྲིམ་པ་འབྱུང་བར་ཐེ་ཚོམ་མེད། །ཅིས་གདོད་ནས་རང་གི་སེམས་དང་ལྟན་  
ཅིག་སྒྲིམ་པ་སེམས་ཀྱི་ཆོས་ཉིད་རིག་པ་རང་བྱུང་གི་ཡེ་ཤེས་འབྱུང་སྟེ། དེ་ནི་  
ཆོས་ཀུན་གྱི་ཆོས་ཉིད་དང་ཐ་དད་མེད་པ་གཞུག་མ་དོན་གྱི་འོད་གསལ་ཡང་  
ཡིན་ནོ། །དེས་ན་རང་བབ་བཞག་པ་དང་། རང་ངོ་ཤེས་པའི་རིག་པ་འཕམ་སེམས་  
ཀྱི་ངོ་བོ་འཕམ་ཆོས་ཉིད་སྒྱུང་ཚུལ་འདི་གནད་བརྒྱ་གཅིག་འདུས་ཀྱི་མན་ངག་ཡིན།  
རྒྱན་དུ་སྒྱུར་རྒྱུ་འདུང་དེ་ཡིན། གོ་མས་པའི་ཆད་ནི་མཚན་མོའི་འོད་གསལ་གྱིས་  
འཛིན། ཡང་དག་པའི་ལམ་ཡིན་པའི་རྟགས་ནི་དད་པ་དང་སྦྱིང་རྗེ་ཤེས་རབ་  
སོགས་རང་ཤུགས་ཀྱི་འཕྲེལ་བས་རྟོགས། བདེ་ཞིང་ཆོག་ས་རྒྱུང་བ་ནི་རང་གི་

ཉམས་སུ་མྱོང་བས་ཤེས། ཟབ་ཅིང་མྱུར་བ་ནི་གིན་ཏུ་འབད་སྟོལ་ཆེན་པོས་  
བསྐྱབ་པའི་ལམ་གཞན་ལ་ཞུགས་པ་རྣམས་དང་རྟོགས་ཚད་བསྟན་པས་ངེས་  
པ་ཡིན་ནོ། །རང་སེམས་འོད་གསལ་བསྐྱོམ་པས་འབྲས་བུ་ཐོབ་རྒྱུ་འདུག་པའི་  
སྟངས་གི་རྣམ་རྟོག་དང་དེའི་བག་ཆགས་ཀྱི་སྒྲིབ་པ་རང་སངས་ཆོ། མཁུན་གཉིས་  
ཚུ་ལ་མེད་དུ་རྒྱས་ནས་གདོད་མའི་གཏན་ནིད་ཟེན་ཏེ་སྐྱུ་གསུམ་ལྟུན་གྱིས་གྲུབ་  
པ་ཡིན་ནོ། །ཟབ་པོ། ལྷ་ཏུ་ས་མ་ཡེ། རང་ཆོས་མེད་ཆོས་ཀྱི་ལོ་ཐོས་བསམ་ལ་ཆེར་  
མི་བརྩོན་ཡང་སེམས་དོའི་ཉམས་ལེན་འདོད་པའི་གོང་ལྷགས་པ་སོགས་ཀྱི་ཆེད་དུ། རྟོགས་ལྡན་ཆེན་པོ་  
ཡིས་གྱི་ཉམས་སུ་མྱོང་དམར་ཁྲིད་ཀྱི་ཆོས་སྐད་གོ་བདེ་དང་བསྟན་པའི་གདམས་པ་ཟབ་མོ་མི་ཡམ་འཇམ་དཔལ་  
དོ་རྗེས་བཀོད་པ་དགའོ་ཡང་ལོ། །

༡ བ་མོ་གྲུ་རུ་མཐུ་བྱི་ཡེ། ཆོས་ཉིད་བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་བ་ལ་བརྟེན་དུ་  
མ་མཆིས་ཀྱང་ཆོས་ཉིད་ཟབ་མིའི་དོན་ལ་འཇུག་པར་འདོད་པའི་སྐལ་བ་ཟང་  
རྣམས་ལ་རེ་ཞིག་ཆོག་གིས་མཚོན་ཏེ་བསྟན་ན། སེམས་ཀྱི་ངོ་བོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི།  
རིག་པ་འདུས་མ་བྱས་པའི་རང་ངོ་རྗེས་པར་སྒྲ་མའི་བྱིན་རྒྱུ་བས་ཞུགས་གིང་  
མན་ངག་གིས་ངོ་འཛོད་པ་ལ་བྱ་བ་ཡིན། དེའི་ངོ་བོ་ཅི་ལྟ་བུ་ཞེས། ངོ་བོ་སྟང་  
པ་དམིགས་སུ་མེད་པ། རང་བཞིན་གསལ་བ་ལྟུན་གྱིས་གྲུབ་པ། ལྷག་ཆེ་  
ཀྱན་བྱུང་འགགས་པ་མེད་པ། སྐྱུ་གསུམ་དབྱེར་མེད་ཀྱི་རིག་པ་ཡིན་ཏེ། དེའི་  
ཕྱིར། ཡིན་པ་ཅིར་ཡང་མེད་པའི་རིག་པ་འདི། རྣམ་པ་འཆར་ཚུལ་ཅིར་ཡང་

མ་འགགས་པས། །ཞེས་རིག་འཛིན་དགའ་རབ་དོ་རྗེའི་འདས་རྗེས་ལས་  
གསུངས་སོ། །དེ་ཡང་ཚུར་བསྐྱུས་ན། སེམས་ཀྱི་ཚེས་ཉིད་ཡེ་ནས་རང་བབ་  
ཀྱི་ཡིན་ལུགས། གཏུག་མའི་རིག་པ་བཟོ་བཅོས་དང་བྲལ་བ་རྒྱ་ཡན་པ་འདི་  
ཡིན་ནོ། །འདི་ལ་དགག་ཕྱོགས་ནས་མཚོན་ཏེ་བརྗོད་ན། གཟུང་བྱར་ཡོད་པ་  
མིན། ཆད་པའི་མེད་པ་མིན། དེ་གཉིས་ཀ་ཚོགས་པ་མིན། གཉིས་མིན་གྱི་  
ཐུང་གསུམ་པའང་མིན་ཏེ། འདི་ཞེས་སྒྲོས་པ་གང་གི་འང་ངོ་བོར་དམིགས་སུ་  
མེད་པའི། ཡིན་པ་ཅིར་ཡང་མེད་པའི་ལྟ་བ་ཞེས་སོ། །ཉམས་སུ་མྱོང་བའི་ངོ་  
བོ་སྒྲུབ་ཕྱོགས་ནས་བརྗོད་ན། སྟོང་ཏེ་ཤེས་པ། གསལ་སལ་ལེ་བ། དྲངས་སོང་  
ངེ་བ། མཉམ་ཁད་དེ་བ། ཡངས་བྱལ་ལེ་བ། དཔེས་མཚོན་ན། མཐའ་དབུས་  
མེད་པ་ནམ་མཁའ་ལྟ་བུ། གསལ་བ་རྒྱ་མ་ཆད་པ་མཁའ་ལ་ཉི་མས་བྱབ་པ་  
ལྟ་བུ། བྱིན་པ་མེད་པ་ཤེས་སྟོང་ལྟ་བུ། འཛིན་ཞེན་མེད་པ་བར་སྒྲུང་གི་བྱ་  
རྗེས་ལྟ་བུ། སྒྲེ་འགག་མེད་པ་ནམ་མཁའ་ལྟ་བུ་སོགས་སོ། །ཀྱང་མས་པ་འདི་  
ལ་ལོག་རྟོག་རྟོག་པའི་སྒྲོ་ནས་བརྗོད་ན། རིས་སུ་མ་ཆད་པའི་གསལ་བ་ཆེན་  
པོ། དམིགས་སུ་མེད་པའི་སྟོང་བ་ཆེན་པོ། སོ་སོར་དབྱེ་བ་མེད་པའི་བྱུང་འཇུག་  
ཆེན་པོ་སོགས་སོ། །དོན་གྱི་ཚུལ་བརྗོད་ན། ཆོག་གི་མི་མཚོན་པས་བརྗོད་དུ་  
མེད་པ། རྣམ་ཤེས་ཀྱིས་མི་ཤེས་པས་བསམ་དུ་མེད་པ། མཐའ་ལ་མི་གནས་  
པས་སྒྲོས་བྲལ་ཆེན་པོ། ཐམས་ཅད་ཀུན་ཡིན། ཀུན་མིན། ཐམས་ཅད་དེའི་  
རང་། དེ་ཡང་མིན་སོགས་མཐར་བརྗོད་པ་དང་བྲལ་ཏེ་སོ་སོར་རང་རིག་ལ་

གནས་པ་ལོ། །མཚོན་པ་འི་མིང་ནི། ཀ་དག་ལྟན་གྲུབ། དེ་བསྐྱུས་ན་རང་བྱུང་  
གི་ལེ་ཤེས་ཐིག་ལེ་ཉག་གཅིག་ ཡོན་ཏན་གྱི་ལྟན་ཚོས་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་ཀྱུན་གྱི་ཅེར་  
ཕྱིན་པས་ཤེས་རབ་ཀྱི་ལ་རོལ་དུ་ཕྱིན་པ་སོགས་སོ། །བདུས་བསྐྱུར་ན། ཉི་  
མ། མེ་ཤེལ། ཤེལ་གང་། ཅམ་མཁའ་མཛུབ་མོ་སོགས་ཀྱིས་ངོ་སྤྲད་པར་  
བྱའོ། །ཁོར་ལུ་རང་ལག་ཐོབ་པ་ལ། །གཞན་པས་འདོར་ཡང་ཁོང་བྱོཅི། །ཚོས་  
ཀྱུན་ཅེ་མེད་མན་ངག་ལ། །རང་སྐྱལ་མ་ཆད་སྐྱལ་བ་བཟང་། །གཞན་པ་  
གཤེ་ཡང་ཅི་ལ་ཁྲོ། །མི་ལམ་པས་སོ། །

༥ རིག་པོ་སྐྱོད་ཐབས་ལེ་ཤེས་སྒྲིང་པོ་བཞུགས། དཔལ་གདོད་མའི་མགོན་པོ་ལ་  
ཕྱག་འཆལ་ལོ། །རིག་པོ་སྐྱོད་པ་ལ། རོ་ཤེས་རྩལ་རྫོགས་བརྟན་པ་ཐོབ་པ་  
གསུམ་རིམ་གྱིས་འོང་བས། དང་པོ་སྤྱི་མའི་མན་ངག་གིས་རིག་པའི་རང་ལལ་  
རྩེན་པ་ཡིད་དཔྱོད་དང་བྲལ་ཉེ་མཐོང་བའི་བར་དུ་ཁྱེན་ཐར་བཅད། ཐག་ཆོད་  
ནས་རང་གིས་དེའི་ངོ་བོ་སྐྱོད་བཞུགས་གཤེས་ཆེ་སྟེ། རོ་ཤེས་པ་ཅམ་གྱིས་མི་ཆོག་  
སྟེ་རྩལ་རྫོགས་དགོས། དེ་ཡང་དང་པོར་རིག་པོ་སྐྱོད་ཀྱང་དེ་ཐོག་མ་བཞག་  
ན་ནམ་རྟོག་གིས་བར་བཅད་ནས་རིག་པ་རྩེན་པར་འཆར་དཀའ་འོང་སྟེ། དེ་  
དུས་ནམ་རྟོག་ལ་དགག་སྒྲུབ་མེད་པར་བཞག་ནས་རིག་པ་མ་བཅོས་པའི་རང་  
དུ་ཡང་ཡང་འཛོག་ཡུན་བསྐྱིད་བཞག་ཆེ། དེ་ལྟར་ཡང་ཡང་གོ་མས་ནས་ནམ་  
རྟོག་གི་བྲ་སྒྲུབས་ཤུགས་རྩེ་ཆུང་དང་རིག་པོ་རྩེ་ཆུང་སྐྱོད་བདེ་བྱུང་ན། མཉམ་

བཞག་ཏུ་དེའི་ཐོག་ཏུ་ཅི་གནས་དང་། རྗེས་ཐོབ་རིག་དོན་བའི་དྲན་པ་བརྟེན།  
 དེ་ལ་གོམས་ན་རིག་པའི་རྩལ་རེ་རྫོགས་སུ་འགོ་སྟེ། དང་པོར་རྣམ་རྟོག་ཤར་  
 ཡང་དེ་འགོག་བྱེད་གཉེན་པོ་གཞན་བརྟེན་མི་དགོས་པར། རང་མལ་དུ་བཞག་  
 པས་ཡུན་ཅིག་ན་རང་གོལ་བ་སྦྱུལ་གྱི་མདུད་པ་རང་གིས་རང་བཤིག་པ་ལྟ་བུ་  
 འབྱུང་། སྤྱར་ཡང་གོམས་པས་རྣམ་རྟོག་ཤར་བས་རྩུང་ཟད་རེ་རྫོགས་ཀྱང་དེ་  
 མ་ཐག་རང་ཡལ་དུ་འགོ་བ་རྒྱལ་ལ་རིམ་བྱིས་པ་ལྟ་བུ་འབྱུང་། དེ་རང་གོམས་  
 པས་རྣམ་རྟོག་ཤར་བས་ཅི་ཡང་མི་གཞོད་པས་ཤར་མ་ཤར་གྱི་རེ་དོགས་མེད་  
 པ་ཁང་སྟོང་དུ་རྒྱུན་མ་བྱེན་པ་ལྟ་བུ་ཕན་གཞོད་མེད་པའི་ཉམས་འཆར། དེ་  
 རང་གོམས་པས་རྩལ་རྫོགས་པ་མཐར་ཐུག་སྟེ་མཐར་རྣམ་རྟོག་དང་ཀུན་གཞི་  
 འབྱུ་བྱེད་གྱི་རྒྱུད་དང་བཅས་པ་མ་བཅོས་ཆོས་སྒྱུར་ཐིམ་ནས་རིག་པ་རང་སར་  
 ཟེན། གསེར་གླིང་ན་སངས་པ་བཅའ་ཀྱང་མི་རྟོག་པ་ལྟ་བུ་སྤྱང་གིད་མ་ལུས་  
 པ་ཆོས་སྒྱུའི་ཞིང་དུ་ཤར་ཏེ་དག་པ་རབ་འབྱམས་སུ་སོང་བའི་ཆོན་བརྟན་པ་  
 ཐོབ་པ་ཞེས་བྱ་སྟེ། འཁོར་འདས་དང་སྟེ་འཆིའི་རེ་དོགས་རྩད་ནས་ཞིག་པའོ།།  
 དེ་ལྟར་ཉིན་སྤང་རྣམ་རྟོག་རིག་པའི་དབང་དུ་འདུས་པའི་གོ་རིམ་བཞིན་མཚན་  
 མོར་ཡང་གདམས་དག་གཞན་བརྟེན་མི་དགོས་པར། རྗེ་ལམ་དང་སྤྲུལ་འབྱུག་  
 གི་འོད་གསལ་མཐིན་པ་སོགས་ཆམ་རྩུང་སེའོང་བ་ཤེས་པར་བྱས་ལ་ཅི་ནས་བརྟན་  
 པ་མ་ཐོབ་བར་དུ་ཡེངས་མེད་གྱི་བརྩོན་པ་རྒྱུ་པོའི་རྒྱུན་ལྟར་མཐུད་དགོས་སོ། །  
 མི་ཙམ་པས་གདམས་པ་དགེ་ལེགས་འཕེལ། །དགེ་ལོ། །



༡ ཀ་དག་ཁྱེད་མཆོད་ཀྱི་ཉམ་ལེན་སྤྱི་དཔེ་དེ་ལ་བའི་མན་དག་ཨེ་ཤོད་བཞག་ལ། ཀྱན་  
 བྱ་ཆོས་སྐྱེ་འབྱུང་མེད་ཨེ་ཡི་ཚུལ། ཀ་དག་ལྟན་བྱུང་དབྱེར་མེད་ཐིག་ལེ་  
 ཆེ། ཆོས་ཀྱན་དེ་ཡི་ངང་ལས་མ་གཡོས་བཞིན། ལྟན་བྱུང་རོལ་བ་སྐྱེ་མའི་  
 ཚུལ་དུ་སྤྱང་། འཁོར་དང་བྱ་ངན་འདས་པའི་ཆོས་ཐམས་ཅད། ཉག་གཅིག་  
 དེ་ཡི་ངང་དུ་ལ་སྒྲེལ། ཨེ་ཡིག་གཅིག་གིས་སྤྱང་སྤྱིང་སྤྱིང་བཅད། ལཱ་ཤིན་  
 རྒྱུ་ཤིན་གྱི་དགོངས་དོན་དེ་ལ་ཤོག་ལ། དེ་ལ་ཨེ་ཡི་དོན་གསུམ་སྟེ། དབྱིབས་  
 ཆོས་འབྱུང་ནམ་མཁའི་ངང་ན་སྤྱོད་བཅུད་ཀྱན་སྤྱང་བ་ལྟར། ཆོས་ཀྱན་གྱི་གནས་  
 ལུགས་བདེན་བ་དབྱེར་མེད་ཆོས་སྐྱེ་ཆེན་པོ་ལ་ཕྱོགས་རིས་དང་ང་བདག་གི་  
 མཐའ་ལས་འདས་ཏེ། དཔེར་ན། བམ་མཁའི་དཔེ་སྟེ། དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་  
 བམ་མཁའི་ངང་དུ་ཚུད་ཀྱང་། བམ་མཁའ་དེ་གཅིག་གི་ཁོངས་སུ་མི་འདུས་  
 ལ། དེར་བམ་མཁའ་མེད་བའང་མ་ཡིན་བ་ལྟར། རིག་བ་དབྱིངས་ཡི་གཉིས་  
 མེད་ངང་བཞིན་གྱི་དཀྱིལ་འཁོར་ནི་བམ་མཁའ་དང་འདྲ་སྟེ་དེའི་ངང་དུ་ཀྱན་  
 སྤྱང་ངོ། རི་ལྟར་ན་ལུལ་དུ་སྤྱང་བ་བེམ་པོ་རྣམས་དང་། ལུལ་ཅན་དུ་སྤྱང་བ་  
 ཤེས་བ་རྣམས་དང་། འདུས་མ་བྱས་སུ་སྤྱང་བ་བམ་མཁའ་ལ་ཚོགས་བ་རྣམས་  
 ཀྱང་གནས་ལུགས་ཆོས་སྐྱེའི་ངང་ན་སྤྱང་ངོ། དེས་ན་ཆོས་སྐྱེ་ནི་བེམ་པོ་འཇམ་  
 ཤེས་བའམ་བམ་མཁའ་ལྟ་བུ་མིན་ཏེ། དེ་ཀྱན་གྱི་ངང་བཞིན་དངོས་དངོས་  
 མེད་ལས་འདས་པའོ། དེ་ཡིད་དཔྱོད་བྲལ་བར་བཞག་པའི་གཤིས་ཀྱི་ཡན་  
 གྱིང་དུ་ངོ་འཕྲོད་ཆོག་ལྷག་མ་ལྟན་སྐྱེས་སམ་ངང་རིག་ངོ་འཕྲོད་བ་ཞེས་བྱའོ།

ཆོག་རྒྱུ་དང་དོ་གཉིས་ཀྱི་དོན་དོ་བོའི་བཞུགས་ཚུལ་དོ་སྤྲོད་པའོ། །དེ་ལྟར་  
ཤེས་ན་ལས་རྒྱུ་གི་ལྟ་བ་དན་པས་མི་གཡོ་བའི་ཕྱིར་རི་བོ་ཅོག་བཞག་ཅེས་  
བུའོ། །

གཉིས་པ་ཨ་ཡི་གདངས་ཨེར་གྲུབ་པའི་སྒྲིམ་རོལ་པའི་འཆར་ཚུལ་དོ་སྤྲོད་དེ་  
གནས་ལུགས་བརྗོད་བྲལ་སོ་སོ་རང་གིས་རིག་བྱ་དེ་ཉིད་དུས་གསུམ་མཉམ་  
པ་ཉིད་དུ་གནས་པའི་ཕྱིར་བྱི་གང་འགོ་འོང་ཡོད་མེད་ལ་སོགས་པའི་སྒྲིམ་པ་  
ལས་འདས་པའི་དང་ན། འཁོར་འདས་ཀྱི་སྒྲུང་བ་སྒྲ་ཆོགས་སྟེ་འགག་གནས་  
པ་ལྟར་སྒྲུང་བ་ནི་རྟོན་ནས་འབྱུང་བའི་ཚུལ་གྱིས་བསྐྱུ་བ་མེད་པར་སྒྲུང་ཞིང་།  
སྒྲུང་དུས་ཉིད་ནས་སྟེ་འགག་མེད་པའི་དབྱིངས་མཉམ་པ་ལས་ཅུང་ཟད་ཀྱང་  
གཞན་དུ་འབྱུར་བ་མེད་ཀྱང་སྒྲུང་བ་མི་འགག་པར་དབྱིངས་ཀྱི་རོལ་པར་གར་  
བའོ། །དཔེར་ན་མིག་བཅིར་བའི་ནམ་མཁའ་ལ་སྟོང་གཟུགས་སྒྲུང་བ་ནམས་  
ནམ་མཁའ་ལས་གཞན་དུ་གྲུབ་པ་མེད་པ་ལྟར། ལུལ་ལུལ་ཅན་འདི་དག་བརྟག་  
ན་དཔེན་ཡང་སྒྲུང་བ་མི་འགག་པར་སྒྲུང་བ་འདི་དག་མི་དགོས་ལ་སྐྱབ་ཏུ་  
མེད་པར་དབྱིངས་ཀྱི་དང་ན་སྒྲུང་བ་ཅམ་སྟེ་སྒྲུང་བྱུང་མེད་པར་དེ་གར་བཞག་  
པས་ཆོག་པར་ཤེས་པ་ནི་དོ་སྤྲོད་གཉིས་པ་སྟེ་སྒྲུང་བ་ཅོག་བཞག་གོ། །

གསུམ་པ་ནི་གཞི་ལམ་འབྲས་བུའི་ཆོས་ཐམས་ཅད། དེ་གཅིག་ཕུར་རྫོགས།  
དེ་གཅིག་ཕུ་ལས་མི་འདའ། དེ་ལས་གཞན་དུ་གྱུར་པ་རྒྱལ་ཅམ་མེད་པར་ལ་  
སྒྲོ་བ་སྟེ། ཨེ་ནི་ཨེ་ཀ་ཞེས་གཅིག་གི་མིང་གི་དང་པོ་ཡིན་པས་བརྗོད་བྱས་

མཆོད་པ་ཐག་གཅིག་ཐོག་ཏུ་བཅད་པ་སྟོན་ཏེ་ནམ་མཁའ་ལས་བཟུལ་བའི་  
 རིང་ཞིག་རྟེན་དུ་མེད་པ་བཞིན་ནོ། །འདིས་ནི་རིག་པ་ཅོག་བཞག་བསྟན་ཏོ། །  
 དེ་ལྟར་རང་གནས་ཀྱི་དོན་རང་སར་ངོ་འཕྲོད་པའི་ཆོ་བུ་རྩལ་དང་ཡིད་བྱེད་ཀྱི་  
 བསྐྱེམ་པའི་རྒྱུ་བས་དང་བྲལ་བའི་སྒྲོམ་རང་གནས་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར་འབྱུང་བས་  
 རྒྱུ་མཆོཅོག་བཞག་བྱ་སྟེ། རྫོགས་ཆེན་ཀ་དག་གི་གནད་ཐམས་ཅད་ཨེ་གཅིག་  
 གིས་དང་དུ་འདུས་པར་ཤེས་པར་བྱའོ། །ཨེ་ལྟ། གནས་ལུགས་ངོ་བོའི་བཞུགས་  
 རྩལ་ངོ་འཕྲོད་པར་གྱིས་ཤིག་ཨེ། ལྷན་ལུགས་ངོ་བོའི་ཆོ་འཕྲུལ་རང་གྲོལ་  
 བར་ལྟོས་ཤིག་ཨེ། ཉག་གཅིག་ཐིག་ལེ་ཡི་སྒྲོང་དུ་ཐག་ཆོད་པར་གྱིས་ཤིག་  
 ཨེ། །ཨེ་མ་རྟོ། རྒྱལ་ན་བཞག་པས་གཤིས་དོན་མཐོང་ངོ་ཨེ། །རང་རིག་  
 འོད་གསལ་རིས་མེད་ཀྱན་ཏུ་བྱལ། །ཡེ་གདངས་ལྷན་གྱུ་བ་ཟང་ཐལ་དང་དུ་  
 གསལ། །ངོ་བོ་ཀ་ནས་དག་ཕྱིར་འཕོ་འགྱུར་དང་། མཆོད་མའི་ཆོས་ཀྱིས་  
 རྩལ་ཅམ་གོས་པ་མེད། །མཁའ་དབྱིངས་དྲུངས་བའི་ངོས་ནས་འཇའ་བཞིན་  
 ཏུ། །ཡུལ་དང་ཆོགས་དུག་སྒྲུང་བ་དེ་དང་བཟ། །དེ་དག་སྒྲུང་སྟོང་ཆུ་ཡི་ཟླ་  
 བ་འདྲ། །དེ་ཡང་དབྱིངས་ལས་གཞན་དུ་མེད་མོད་ཀྱི། །དེ་ལས་དབྱིངས་  
 གཞལ་ཉི་ཆེའི་རྟོག་བསྟན་བཅོས། །རིག་པ་ཡེ་གདངས་འོད་གསལ་གཉུག་  
 མ་སྟེ། །སྒྲུང་གྱུང་བཅོས་བསྒྱུར་མེད་པར་ཆོས་ཉིད་གཤིས། །འགྱུར་བ་མེད་  
 དོ་ཐམས་ཅད་ཀྱན་ལ་བྱལ། །ཀྱན་གྱི་རང་བཞིན་གང་ལ་དེ་མི་ལྟོས། །སེམས་  
 བྱི་དེ་ཡི་དང་ན་རྩལ་དུ་ཤར། །འགྱུར་བཅས་ཉི་ཆོང་བདག་རིས་སུ་འཛིན། །

རྒྱུན་ལས་སྒྲུང་བ་སྒྲུ་མའི་སྒྲུལ་བ་འདྲ། ཁོ་བར་བྱོས་ཤིག་སེམས་ལ་ལམ་བྱེད་  
དང་། རིག་བ་ལམ་བྱེད་འདྲའམ་རིགས་ཀྱི་བྲ། བཅ་མཁའ་སྒྲིག་རྒྱ་འདྲ་བར་  
མ་འཛིན་ཞིག་ ཁང་ཉིད་ཡེ་ནས་གནས་ཀྱང་རོལ་བའི་རྩལ། ཡུལ་དང་ཡུལ་  
ཅན་འགྱུར་བའི་དྲི་མས་བསྐྱད། གཉིས་ཚོས་ཞེན་བས་གཉིས་མེད་དོན་མི་  
མཐོང་། ཚོས་ཉིད་གཤིས་ལ་གཉིས་ཚོས་ཡེ་ནས་བྲལ། རྟེན་ཕྱིར་དངོས་དང་  
དངོས་མེད་དང་གཞན། ཡུལ་དང་ཡུལ་ཅན་དག་དང་མ་དག་སྟགས། ཁང་  
ལ་མི་གནས་གཞུག་མའི་གཤིས་དེ་ནི། ཁང་བཞིན་འོད་གསལ་ཐིག་ལེ་ཉག་  
གཅིག་ཡིན། ཡེ་གདངས་རང་འོད་གསལ་ཆེ་རིག་བ་ཞེས། བདག་ས་ཀྱང་  
ཡུལ་དང་ཡུལ་ཅན་གཉིས་སུ་མེད། འཕོ་བའི་རྒྱུད་དང་ཐིག་ལེའི་འགྱུར་བ་  
ཅན། རིས་ཆད་སེམས་ཀྱི་དབྱིངས་ལ་སྒྲིབ་བྱས་ཤིང་། ཁང་བདག་གཞུང་  
འཛིན་ཞེན་བས་ཀུན་ཏུ་འཁོར། ལྷན་ཅིག་སྒྲིས་པའི་དེ་ཉིད་ཡུན་ཏུ་སྟོར། རིག་  
ཐབས་ཀྱི་མཐུ་དང་སྒྲུ་མའི་མན་ངག་དང་། རྟམ་བའི་བྱིན་རླབས་སྟོང་ལ་  
ཞུགས་པ་ལ། ཁང་གི་དེ་ཉིད་རང་ལས་མཛོན་སུམ་སྒྲུང་། རྟེན་ཆོ་རོལ་བ་ཐམས་  
ཅད་རང་གྲོལ་འགྱུར། ལྷན་ཅིག་སྒྲིས་པའི་རང་བཞིན་མ་རྟོག་པ། རྟེན་མེད་  
རོལ་བ་ཀུན་གྱང་འཆིང་བའི་ལམ། ཁང་རྟོག་ནས་ནི་ཀུན་གྱང་རོལ་ཉམ་སྟེ། རྟེན་  
འགྱུར་མེད་བདེ་བ་ཆེ་ལས་གཞན་མི་རྟོག་ ཞེ་མ་རྟོ། སེམས་ཉིད་འོད་གསལ་  
སྟགས་ཀྱི་དེ་ཁོན། གཤིས་ཀྱི་དོན་མཐོང་བཟོ་བཅོས་བྲལ་བར་སྒྲིང་། ཐམས་  
ཚོད་གདེང་ལྷན་ས་ལ་སྒྱུར་ཏུ་རིག ཞེ་རྫོང་ཐིག་པའི་གཤིན་རྗེའི་མཁན་པོ་

སྒྱིད། །སྤྱང་རྒྱ་ཆོས་ལ་ཟེལ་གཞོན་དབྱེས་པ་རྩལ་གྱིས་སོ། །དགེའོ།

༥ འོད་གསལ་ཐོད་ཀྱི་ཉམས་ལེན་ཏུ་དུར་  
 གྲིལ་བ་ཤིན་ཏུ་གཅིས་པའི་མན་ངག་  
 བཞུགས་སོ། །

དཔལ་གཤོད་མའི་མགོན་པོ་ཆོས་སྤྱན་རློང་བཟང་པོ་ལ་ཐུག་འཆམ་ལོ། །འདིར་  
 རྫོགས་པ་ཆེན་པོ་མན་ངག་སྒྲེའི་བྱང་ཆོས་འོད་གསལ་ཐོད་ཀྱི་ཁྲིད་རིམ་  
 ཉམས་སྤྱི་ལེན་པར་འདོད་པས་གནས་གཙང་ཞིང་དབེན་ལ་ཉམས་དགའ་བར་  
 སྒྲོན་འགྲོའི་རིམ་པ་རྣམས་རྫོགས་ནས། དངོས་གཞིའི་རིམ་པ་ནི། དགྲུང་དང་  
 འཆར་ཀ་གཉིས་ལ་ཟེར་སྟབས་བདེ་བའི་དུས་སུ་འདི་ལྟར་བསམ་སྟེ། ག་རེ་  
 བདག་དེ་སྔ་པན་ཆོད་འཁོར་བར་དེ་ཙམ་འབྱུངས། ད་རེས་ནི་སངས་རྒྱས་ལས་  
 གྲུང་དགོན་པའི་དོ་རྗེ་ཐེག་པ་དང་། དེ་ལས་གྲུང་ལྷུར་བའི་མཐར་ཐུག་འོད་  
 གསལ་དོ་རྗེ་ཅེ་མོའི་གསང་ལམ་བྱང་པར་ཅན་དང་འཕྲད་པའི་དུས་འདིར་བྲིན་  
 ཅན་མ་རྒན་འགྲོ་བ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་ལ་བཀོད་  
 པའི་སྤྱད་དུ་ལྷུར་བ་ལྷུར་བར་ཆེ་འདི་ཉིད་ལ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྤྱུང་བའི་ཆེད་དུ་འོད་  
 གསལ་ཐོད་ཀྱི་གདམས་ངག་ཟབ་མོ་ཉམས་སྤྱི་ལེན་པར་བགྱིད་དོ་སྟམ་

པའི་སེམས་པ་དྲག་ཏུ་བསྐྱེད། དེ་ནས་དངོས་གཞི་ནམ་མཁའ་དྲངས་པར་ཉི་  
 ཟེར་མིག་ལ་མི་གཞོད་པར་བྱིད་ནས་བལྟས་པས་ཕྱིའི་ནམ་མཁའ་རྒྱུན་ལ་བྱས་  
 པའི། དྲངས་གསལ་སྡེ་མཐིང་པའི་དབུས་སུ་འཇའ་ཟེར་ཁ་དོག་སྒྲ་ཚོགས་  
 པའི་དབུས་ན་ཐིག་ལེ་རྒྱུ་པོ་ཀོ་མོག་ལ་དོ་བསྐྱར་བ་ལྟ་བུ་ཕྱི་ནང་རིམ་པ་ཅན་  
 ཏུ་མ་དང་། ཐིག་ལེ་ཤེལ་དགར་གྱི་ཕྱང་བ་ལྟ་བུ་འབྲེལ་ཆགས་པ་ཉིས་འཕྱོགས་  
 སུ་འཆར་བ་འཕར་ཁིང་གཡོ་བ་མཐོང་ངོ། །དེ་དག་ཀྱང་ཕྱི་རོལ་ན་ཡོད་པ་འཇམ་  
 རང་གི་དབང་པོ་འབྲུལ་རྒྱུའི་བསྐྱེད་པའི་ལྟར་སྒྲར་ལྟ་བུ་མ་ཡིན་ཏེ། རང་གི་  
 སྤྱིང་ཅི་ཏུ་ཤ་ཡི་སྒྲོན་མེའི་དབུས་ན་གནས་ལུགས་རང་བྱུང་གི་ཡེ་ཤེས་ངོ་བོ་སྤྱིང་  
 པ་རང་བཞིན་གསལ་བ་བྱགས་ཇེ་ཀུན་ཁྱབ་གྱི་བདག་ཉིད་ཏུ་བཞུགས་པའི་  
 གདངས་རྩལ་དབང་པོས་མངོན་སུམ་ཏུ་མཐོང་བ་སྟེ། སྒྲོམ་གྱི་མར་མེའི་འོད་  
 བུ་ག་ནས་ཕྱི་རོལ་ཏུ་སྒྲར་བ་ལྟ་བུའོ། །དེ་ཡང་ནང་གི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རྩལ་རྩ་ཀ་  
 ཏི་ཤེལ་གྱི་སྒྲ་གུ་ཞེས་བྱ་བ་མིག་ལ་རྒྱག་པ་ལས་བསྐྱེད་དེ་མིག་རྒྱངས་ཞག་ཆུའི་  
 སྒྲོན་མས་མཐོང་བའི་རྒྱུན་བྱས་པའོ། །དེ་ལ་སྐབས་འདིར་འོན་འདི་ལྟར་སྤྱིང་  
 གི་ནང་ན་རང་བྱུང་གི་ཡེ་ཤེས་འཇའ་དང་འོད་ཀྱི་རྣམ་པ་རྟག་བརྟན་མི་ཤིག་  
 པའི་དངོས་པོ་ཨ་འབྲས་ཀྱི་རྣམ་པར་ཡོད་པར་ཡིན་ནམ་སྟམ་ན། ཤིན་ཏུ་མི་  
 རུང་སྟེ་སྟེ་གསུམ་གྱི་བདག་བསྒྲོམས་པ་དང་ཁྱད་པར་མེད་པས་སོ། །འོན་དེའི་  
 རྩལ་དབང་པོའི་ཡུལ་ཏུ་དེ་ལྟར་འཆར་སྟམ་ན་དྲངས་ཤེལ་ཕྱི་རྒྱུན་དང་མ་འཕྲད་  
 པའི་སྐབས་སུ། འཇའ་འདི་ན་ཡོད་པ་དང་འདི་ཙམ་གྱི་ཚད་མི་དཔོག་ཀྱང་།

ཉི་ཟེར་ལ་འཕྲད་ན་མངོན་སུམ་དུ་སྒྲུང་ལ། འཇའ་དེ་ཡང་ཤེལ་གྱི་ཕྱི་ནང་གང་  
ལ་ཡང་མི་གསལ་འཇའ་ཡོད་པ་དང་མེད་པའི་ཤེལ་གྱི་གནས་སྐབས་ལ་ངོ་པོ་  
འགྱུར་བ་མེད་པ་ལྟར། རང་གི་སེམས་ཉིད་གདོད་ནས་སྟོང་པ་དངོས་པོའི་  
ཆོས་སུ་བདེན་པར་བྱུང་བ་དུས་གསུམ་རྒྱུལ་བས་ཀྱང་མི་གཟིགས་པའི་དབྱིངས་  
ལས་ལྟོན་བྱུང་སྐབས་ཆ་རོལ་པའི་གདངས་རྩལ་མི་འགགས་པ་དབང་པོས་མངོན་  
སུམ་དུ་མཐོང་ཡང་གཞི་དབྱིངས་ལས་རྩུང་ཟད་ཀྱང་གཡོ་བ་མེད་པ། སྒྲུང་བ་  
དང་སྟོང་བ་རང་གི་རང་གིས་ཟུང་དུ་འཇུག་པ་བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་པའི་དབྱིངས་  
མངོན་སུམ་གཏན་ལ་ལེབས་པས་ཤེས་ཉམས་ཡིད་དཔྱོད་ཀྱི་བྱུང་མཐའ་བསྐྱབས་  
ནས། ཟུང་འཇུག་སྒྲུང་པའི་ཡེ་ཤེས་བརྗོད་དུ་མེད་པ་ལ་ཡིད་ཆེས་ཁྱད་པར་  
ཐོན་པ་འདི་པའི་ལུགས་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར་པར་བགྱང་གི་གཞན་དུ་འཇའ་ཐིག་ཙམ་  
ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རྩལ་ཡིན་ཡང་དེ་ལྟར་ངོ་མ་ཤེས་པ་ལ་སྒྲུང་བ་ཙམ་གྱིས་མི་ཕན་ཏེ་  
བྱིས་པས་འཇའ་ཆོན་བལྟ་བ་དང་འདྲའོ། །དེས་ན་སྟོང་དབུས་མི་ཤིག་པའི་  
ཐིག་ལེ་ལ་སོགས་པ་མཆོན་གྱི་རྣམ་གྲངས་དུ་མ་སྤྲུགས་ཀྱི་རྒྱུད་སྡེ་སོ་སོར་ས་  
གསུངས་པ་ཐམས་ཅད། དེག་པའི་ཡེ་ཤེས་གསལ་སྟོང་ཟུང་དུ་འཇུག་པ་དངོས་  
མཆོན་སྒྲོས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་གཞིམ་དུ་མེད་ཅིང་མི་སྤྱེད་པ་མཁའ་ཁྱབ་མཁའ་  
ཡི་རྩོད་རྩེ་འདུས་མ་བྱས་པའི་དབྱིངས་བསམ་བརྗོད་དང་བྲལ་བ་རྣལ་འབྱོར་  
དབང་པོ་རབ་རང་གི་རྟོགས་པར་བྱུང་བ་ལ་ཟེར་གྱི་ཚུར་མཐོང་བྱིས་པའི་སྒྲོས་  
སྒྲུ་ཐད་སོར་བརྟགས་ན། གསང་བའི་དོན་ལ་མ་རྟོགས་ལོག་རྟོགས་ཐེ་ཆོམ་

གྱི་སྒྲོམ་དུ་ཚུད་པར་འགྱུར་རོ། །དེ་ལྟར་མཐར་ཐུག་གི་ལེ་ཤེས་ལ་རྒྱུད་ཐེའི་  
དགོངས་པ་མཐུན་ཡང་ལེ་ཤེས་ལ་སྒྱུར་བའི་ཐབས་གྱི་རིམ་པ་སྣ་ཚོ་གསལ་གདུལ་  
བྱའི་དབང་པོ་དང་སྒྲུལ་བ་དང་མཚམས་པར་གསུངས་པ་ལས། རྫོགས་པ་  
ཆེན་པོ་འདི་ནི་གསེར་སྒྱུངས་པ་ལྟ་དང་བྲལ་བ་ལྟར་ལེ་ཤེས་ཁོ་ན་ལམ་དུ་བྱེད་  
པ་ཐེག་པའི་ཕྱི་མོར་རིགས་པས་གྲུབ་པའོ། །དེ་ལྟ་བུའི་ལམ་ཉམས་སུ་ལེན་  
པ་ལ། དང་པོ་གཞི་གནས་རྒྱུད་འཇུག་སྒྲོམ་པ་དང་བྲལ་བའི་གནད་རོ་འཕྲོད་  
པའི་གང་ཟག་གིས་རྟོགས་ལུན་སྒྲོམ་པའི་མན་ངག་སྒྲར་བཤད་པའི་བྱིད་བྱིངས་  
སྒྲོམ་པའི་བཤེད་པའོ། བད་དུ་རང་སྒྲུང་སྒྲོང་བ་ཉིད་ཀྱི་གདངས་མངོན་སུམ་དུ་མཐོང་  
བ་དག་པ་དབྱིངས་ཀྱི་སྒྲོན་མ་ཞེས་བྱ་བ་རོ་ཤེས་པར་བྱ། འདི་ལ་འོད་ལྗེའི་མུ་  
ཁྲུང་གྱི་དབུས་ན་གནས་པའི་སྒྲོན་པོ་དང་། ཡི་གེ་ན་རོ་ལྟ་བུ་ལ་སོགས་པ་  
གསུངས་ཏེ། གོམས་པ་རྣམས་ལ་འོད་ལྗེའི་ཐིག་རྒྱུམ་གྱི་དབུས་ན། མཐིང་ཀ་  
ཤིན་ཏུ་དྲངས་པ་དང་། འགའ་ཞིག་ལ་རྫི་མ་གཉིས་ཀྱིས་རྒྱུན་བྱས་པའི་མཐའ་  
འཇས་འཁྱུད་པའི་མཐིང་ག་ན་རོ་ལྟ་བུ་འཆར་བ་དང་། རྒྱ་ཆེ་བར་སྒྲུང་བའི་  
མཐིང་ག་ཁྲུབ་པ་ཆེན་པོ་རྣམས་སུ་སྒྲུང་ཚུལ་གྱི་རྒྱུད་རྣམས་ལས་དུ་མར་གསུངས་  
ཡང་རོ་བོ་གཅིག་གོ། །དེ་ལ་དང་པོ་བྱིའི་ནམ་མཁའི་རྒྱུན་ལས་སྒྲོ་རིབ་ཙམ་  
ལས་མི་འཆར། གོམས་ནས་རིམ་པར་འོད་ལྗེས་འཁྱུད་པའི་མཐིང་ཀ་བྱིའི་  
དབྱིངས་ནམ་མཁའ་གཡའ་དག་པ་ལས་ཀྱང་ཤིན་ཏུ་སྒྲོ་བའི་རྣམ་པ། རིག་  
པའི་ཐིག་ལེ་སྒྲོང་སྒྲོན་གྱི་གནས་རས་གཞི་ལྟ་བུ་ཡིན་ལ། དེའི་བད་དུ་ཐིག་ལེ་



གོ་མོག་ལ་དོ་བསྐྱར་བ་ལྟ་བུ་དེ་ནི་ཐིག་ལེ་སྟོང་པའི་སྒྲོན་མ་ཞེས་བྱའོ། །ཤེལ་  
 དཀར་གྱི་ཐོང་བ་ནམ་མཁའ་ལ་བསྐྱར་བ་ལྟ་བུ་དེ་ནི་ནང་གི་རིག་པ་ཡེ་ཤེས་  
 གྱི་རྩལ་རིག་གནད་སྡོད་ཅེ་ལུ་གྱུ་རྒྱུ་ཅེས་བྱའོ། །དེ་ཡང་རྩ་བ་དྲེན་པའི་འཕྲོགས་  
 རྒྱུ་ལ་བདྲན་པས་གཡོ་བ་སོགས་གྱི་མཚན་ཉིད་དུ་སྒྲུང་ལ། འདི་ནི་ཤེས་རབ་  
 རང་བྱུང་གི་སྒྲོན་མའི་རྩལ་ཡང་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་གསལ་བ་དེ་དག་མི་སྟོང་  
 བར་གཡོ་ཡང་དེའི་རྗེས་སུ་མིག་མི་འབྲང་བར་ཐད་ཀར་བཞག་པས་སྒྲུང་དེ་  
 ཀ་ཤར་འོང་བའི་དབྱིངས་གྱི་རྩ་བར་རིག་པའི་གཟེར་བུ་བརྒྱལ་སྟེ། རྒྱུ་ཁ་  
 བས་འབྱིན་རྒྱུ་དལ་བར་བྱ་ཞིང་བརྟོད་དུ་མེད་པའི་ཉམས་སྒྲུར་ལྟར་ཡིད་ཆེས་  
 བྱུང་བར་བ་དང་ལྡན་པ་དེ་ཀའི་རང་ལ་བཞག་པས་རྣལ་འབྱོར་བ་སོ་སོ་རང་  
 གིས་རྟོགས་པར་བྱ་བའི་སྟོང་གསལ་བསམ་བརྟོད་ལས་འདས་པའི་ཡེ་ཤེས་  
 མཐའ་དབུས་མེད་པར་ཤར་བའི་ཤེས་རབ་རང་བྱུང་གི་སྒྲོན་མ་ཞེས་བྱ། དེ་  
 ལྟར་མ་ཤར་གྱུང་སྒྲོན་མའི་དབྱེ་བ་སོ་སོར་ངེས་ཤིང་ལྟག་མཐོང་གི་རྩལ་འདྲ་  
 མི་འདྲ་སྒྲ་ཚོགས་འཆར་བ་ཡང་ཤེས་རབ་རང་བྱུང་གི་སྒྲོན་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་  
 ལྟར་གོམས་པས་ཡེ་ཤེས་གྱི་རྩལ་རྫོགས་ནས་མ་དག་པའི་ཟག་ལུང་གི་དྲི་མ་  
 ཚོས་གྱི་དབྱིངས་སུ་སྦྱངས་པས་འཇམ་དཔལ་དང་ཀྱུ་རུ་བཟང་བོའི་ཡེ་ཤེས་  
 གྱི་སྒྲ་འབྲུབ་སྟེ། བམ་མཁའ་ལས་བྱུང་རང་བྱུང་བ། ཤེས་རབ་ཡེ་ཤེས་མེ་བོ་  
 ཚེ། །འོད་ཆེན་རྣམ་པར་སྒྲུང་བར་བྱེད། །ཡེ་ཤེས་སྒྲུང་བ་ལམ་མེ་བ། །ཞེས་  
 སོ། །དེ་ལ་དང་བོར་གོམས་པ་ན་རེ་ཞིག་འཇའ་ཐིག་གི་འཕེལ་ཆ་རྗེ་བཟང་

དུ་འགོ། རིག་པ་ཐེ་བརྟན་ལ་འགོ་ཞིང་དབྱིངས་རིག་སྒྲིན་སྤྲལ་ནས་བྲལ་བ་  
 ཞེས་ད་ལྟ་སྒྲིན་མའི་ཉེ་སྒྲོང་ལས་མི་འདའ་རྩི་མ་གང་དུ་བསྐྱོད་པའི་ལྟ་ཕྱོགས་  
 དང་འབྲེལ་ཏེ་གཡོ་བ་ཁོ་ན་ལ་ནམ་ཞིག་དེ་ལས་འདས་ཏེ་དབྱིངས་རིག་རྒྱ་ཆེ་  
 ཞིང་བརྟན་པས་གར་གཏད་པར་དལ་གྱིས་འདུག་པ་དང་། རྒྱུན་ཡང་དང་པོ་  
 ཉི་མ་སྒྲིན་བྲལ་གོམས་ནས་སྒྲུ་འོད་དང་། མར་མེ་སོགས་ལ་བརྟེན་དུ་རུང་།  
 བར་སྐབས་རྒྱུན་མེད་པ་དང་མ་བསྐྱོམ་པར་ཡང་འཆར་པོ། རིག་པ་སྐྱུ་རྒྱ་སྒྲིན་  
 བས་དང་པོ་གདན་ཅིམ་ནས་མཐར་སྐྱུ་ཡོངས་རྫོགས་ཀྱི་བར་དུ་དང་། དེ་ནས་  
 སྤྱང་ཆོད་སྐྱུ་དང་ཡེ་ཤེས་སྐྱུ་འཆར་ཏེ། མ་བསྐྱོམས་ཀྱང་དང་གིས་སངས་རྒྱས་  
 ཏེ། ས་བརྒྱད་པ་བརྒྱམས་འབད་མེད་དུ་བྱུང་འདས་སྐྱུ་འཇུག་པ་མི་རྒྱུས་ཁྱེར་  
 བའི་དཔེ་ལྟར་གསུངས་པ་དང་གནད་གཅིག་གོ། མདོར་ན་རྒྱུང་འཇུག་གི་ཡེ་  
 ཤེས་ལ་ཡིད་དཔྱོད་མིན་པར་མདོན་སྐྱུ་ཡིད་ཆེས་མི་བྱེད་པའི་བདེན་པ་མཐོང་  
 བའི་ཤེས་རབ་རང་བྱུང་གི་སྒྲིན་མའི་རྩལ་རྫོགས་ན། ཆོས་ཉིད་མདོན་སྐྱུ་  
 ཀྱི་སྤྱང་བ་ཞེས་བྱ་སྟེ། མདོ་ལུགས་ས་དང་པོ་དང་འདྲ་བ་ལས་ཀྱང་སངས་  
 རྒྱས་པ་ལ་ཉེ་བ་ཡིན་ཏེ། རིང་ལྟ་བུ་འདི་འབྱོར་ན་གོལ་འཇུགས་མེད་པར་སྤྱང་  
 བ་བྱི་མ་གསུམ་རིམ་གྱིས་རྫོགས་པས་ན། འདི་མ་འབྱོར་བར་དུ་གོགས་སེལ་  
 བོགས་འདོན་གྱི་རིམ་པ་དཔལ་ལྡན་སྒྲུ་མའི་ཞལ་ལས་ཤེས་པར་བྱའོ། མདོན་  
 སྐྱུ་ཀྱི་ཡིད་ཆེས་བྱུང་པར་འཕགས་པས་ཡིད་དཔྱོད་ཀྱི་ལྟ་བ་བསྐབས་པའི་  
 གདེང་ཞེལ་བ་ཡར་ཞོག། རྒྱུང་འཇུག་ལ་གོ་བ་བཟང་པོ་མ་ཆགས་བཞིན་དུ་

འཇའ་ཐིག་མང་པོ་དོ་འཕྲོད་ནས་བལྟ་བ་ཙམ་ལ་ཆོས་ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་སྒྲོམ་  
 བ་ནི་ཁྲོན་པའི་རུས་ལ་གྱི་དབེ་དང་འབྲེལ། །དེས་ན་ལམ་གནད་དུ་སྔོང་བའི་  
 རྟགས་རྗེས་ཐོབ་དུ་ལམོར་བར་འཆིང་བའི་རྩ་བ་ཉོན་མོངས་པ་རྣམས་ལམ་གྱི་  
 སྤང་བྱ་ཡིན་པས་དེ་དག་རང་མཚན་པ་རྒྱུད་དུ་སྔོང་བ་དང་། ལམ་གྱི་གྲོགས་  
 དད་པ་སྡིང་རྗེ་ཤེས་རབ་རྣམས་ཆེས་ཆེར་འཕེལ་བ་དང་། འདྲ་གསལ་བསྒྲུམ་  
 པའི་མཉམ་བཞག་དུ་འཇའ་ཐིག་རྣམས་རང་སྤྱང་དུ་དོ་ཤེས་ཤིང་། དེ་ཡང་ཀ་  
 དག་ལྟན་གྲུབ་བདེན་པ་དབྱེར་མེད་གྱི་གནས་ལུགས་སུ་ངེས་ཤེས་ཁྱད་པར་  
 ཅན་འབྲོངས་པས་ལམོར་འདས་གདར་གནད་ནས་ཆོད་པས། རི་རྒྱད་དུ། དོན་  
 ལ་ངེས་པའི་གདེང་ཐོབ་ན། །སེམས་ལས་ཆོས་གཏེར་འབྲུམ་ཐུག་དོལ། །ཞེས་  
 བ་ལྟར་རྒྱལ་བ་ལྟན་འཛིན་པོ་ཆེ་ལ་ངེས་ཤེས་ཁྱད་པར་ཅན་རང་དོལ་ནས་འཆད་  
 རྩོད་རྩོམ་པས་མཚོན་ཏེ། རང་གི་ཉམས་དང་མདོ་རྒྱུད་གྱི་དགོངས་པ་ཁྱད་ག་  
 བེར་ནས་རང་གི་ཡིད་ཆེས་པ་བདུད་ལས་འཇོམ་དུ་འདས་པས་རྒྱལ་བའི་སྤྲུལ་  
 གྱི་སྤྱོད་པ་བཟང་པོ་ཡར་དོའི་རྒྱ་བ་ལྟར་འཕེལ་བས་གཞན་ཡིད་ཆེས་པ་སྟེ། ཡིད་  
 ཆེས་གཉིས་དང་ཆོད་མ་གསུམ་གྱིས་གྲུབ་ཅིང་། གཞུང་ལས་སྤང་བཞིན་རྟགས་  
 རི་རྒྱད་བཤད་པ་ལྟར་མངོན་ན། འདྲ་གསལ་རྗེ་རྗེ་སྤྱིང་པོའི་རྣལ་འབྱོར་ལ་  
 སྤྲེལ་ས་པ་འཛིག་རྟེན་ལྟ་དང་བཅས་པའི་ཅོད་པན་སྤྲེགས་ཐམས་ཅད་ལས་རྣམ་  
 བར་རྒྱལ་བའི་སྤྱུ་འབྲུལ་ཏེ། དེ་དག་གི་ཞབས་ཀྱི་རྒྱལ་ཐོབ་པ་ཀྱང་སྤྱིད་པ་  
 གསུམ་ན་ཆེ་བའི་མཚོན་སྤྱོད་དུ་གྲུབ་པ་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་དེ་ལྟར་མདོ་རྒྱུད་

ཀྱི་དགོངས་པ་དང་མི་མཐུན་པར་མངོན་ཤེས་དང་རྩལ་ལྡན་བྱ་རེ་ཐོབ་ཀྱང་  
ཐར་འདོད་ནམས་ཀྱིས་དབྱུང་པར་བྱའོ། །དེ་ལྟར་ཉམས་སུ་སྤངས་པ་མཐར་  
སོན་པས་འབྱུང་སྣང་གི་རྒྱུན་ཟད་པར་སྤངས་ནས། གཡོ་བྱེད་ཀྱི་རྒྱུང་ཡང་  
འགགས་ཏེ། ཡུལ་དང་ཡུལ་ཅན་དུ་སྤང་བ་མ་ལུས་པ་ཟད་དེ། ནང་དབྱིངས་  
གཞོན་ནུ་བུམ་པ་སྐྱར་གཞི་ལས་འཕགས་པའི་གཞི་སྤང་བྱུང་འཇུག་གཏོད་མའི་  
དབྱིངས་སུ་མངོན་པར་བྱང་ཆུབ་པ་སྟེ། ཆོས་ཉིད་ཀྱི་དབྱིངས་སུ་ཆོས་ཅན་མཐའ་  
དག་ཟད་པ་ལ་ཆོས་ཉིད་ཟད་པར་ཞེས་པའི་བར་གྱི་ཐ་ཆིག་མི་མངོན་པའམ།  
ཡང་ན་ཟད་པ་ཞེས་རྫོགས་པ་མཐའ་དག་སྟེ། ཆོས་ཉིད་ཀྱི་དབྱིངས་འབའ་  
ཞིག་ཏུ་རྩལ་རྫོགས་པ་ལ་ཆོས་ཉིད་ཟད་པ་ཞེས་བྱའོ། །དེའི་ཆོག་དོས་བཅས་  
ཀྱང་འོད་དུ་དངས་ནས་ཟག་མེད་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྐྱུ་མི་སྟོབ་པའི་བྱང་འཇུག་ཆེན་  
པོ་བརྟེན་ནས་ཡིད་བཞིན་གྱི་ཁོར་བུ་ལྟ་བུ་དང་། དཔག་བསམ་གྱི་ཤིང་ལྟར་  
འགོ་བ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་འབད་མེད་ཏུ་གྱུ་བྱུ་བྱུ་བྱུ་མཛད་  
པ་ཡིན་ནོ། །རྗེས་དང་ཐུན་མཚམས་ཐམས་ཅད་དུ་ཡང་བྱང་འཇུག་ཡེ་ཤེས་  
ཀྱི་རོལ་མོར་འདོམ་པའི་ངང་ནས་དད་དང་སྙིང་རྗེ་དེས་འབྱུང་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་  
དང་། ཐོགས་འདོན་ཐུན་པའི་རྣལ་འབྱོར་སོགས་པས་ལམ་མཆོག་གོལ་མེད་  
དུ་མཐར་དབྱུང་བའི་བརྩོན་འགྲུས་བརྩམ་པར་བྱའོ། །ཞེ་མ། གངས་མེད་  
རྒྱལ་བའི་ཆོས་རྩལ་རྒྱ་ཁྱུང་འབུམ། །གཞོལ་ཁིང་འབབ་པའི་ཐེག་མཆོག་རིན་  
ཆེན་མཆོ། །རིག་འདོན་སྐྱུ་དབང་དུ་མས་ཉེར་བརྟེན་པ། །སྤྱིད་པའི་དབུལ་

འཕོང་སེལ་བའི་བསྟེན་གནས་ཡིན། །གང་ཞིག་ཆོས་རྒྱལ་འདི་ལ་དད་པ་ཡང་།  
 །བསྐྱལ་བ་བྱེ་བ་བརྒྱ་ཡི་གངས་སྟེང་གྱི། །ལེགས་བྱས་འབྲས་བཟང་སྟོན་པ་  
 ཉིད་གྱི་ཕྱིར། །རྒྱལ་བཞིན་སྟོད་པའི་བསོད་ནམས་ཇི་ལྟར་གཞལ། །དེ་ཕྱིར་  
 འདི་དོན་རྩེ་བཟང་བརྟེན་པ་ཡང་། །ཟབ་མོའི་ཆོས་ལ་བག་ཆགས་བཞག་ཕྱིར་  
 ཉེ། །སྤྱི་མའི་དྲིན་གྱིས་སྟོབས་པ་འདི་སྟེས་པ། །མི་གཙང་འདམ་གྱི་ཁྲོད་ན་  
 གསེར་བཟང་བཞིན། །དུས་གསུམ་རྒྱལ་བའི་དགོངས་པ་མ་ཞོར་བ། །  
 མཁའ་འགྲོའི་སྟོང་ལ་བཞག་པ་དྲངས་མའི་ཁྲག། །དད་མེད་རྒྱལ་བ་དམན་  
 བའི་རིགས་རྣམས་ལ། །སྟོང་གིས་ཀྱང་ནི་བསྐྱས་ཏེ་སྤྱི་བར་རིགས། །འདི་  
 བས་དགེ་བའི་དངོས་པོ་གང་མཆིས་པ། །དེ་ཡིས་འགྲོ་འདི་རི་སྟོང་འགྲོ་བ་  
 ལ། །ཐེག་པའི་རྩེ་མོ་ཤིན་ཏུ་རྒྱལ་འཕྱོར་གྱི། །ལམ་བཟང་མཚུངས་པ་མེད་  
 བ་གསལ་གྱུར་ཅིག། །ཅིས་དད་དམ་མི་འཇུག་བཟང་ནས་སྤྱི་མའི་གསུང་རྒྱན་གཙོར་བཟུང་  
 བ་ཐོད་རྒྱལ་གྱི་ཉམས་ལེན་ཉེ་དུར་གྱིས་ཞེས་བརྒྱལ་དོར་ཁྲབ་བདག་འཇམ་དཔལ་རྟོ་རྟེ་ཀུན་མཁེན་རྟོ་རྟེ་  
 གཟི་བུ་ཉིད་གྱི་ཞབས་རྒྱལ་སྟེ་པོས་རིག་པའི་རྒྱལ་བཟང་ཐོབ་པ་མ་ཉིས་གྱིས་བ་དགེའོ། །དགེའོ། །དགེའོ། །  
 མཆོལ།

༥ གྱེཙ་ མི་གཙང་འབྲུལ་འཁོར་སྟུག་བསྐྱལ་འཛིན་པའི་སྟོད། །རྒྱན་  
 ཅིག་མི་སྟོད་གཡོ་བའི་ལུས་གྱི་སྤྱབས། །རྣམ་ཤེས་སྟོག་གི་སྟོས་གར་ཡང་  
 ཡང་བསྐྱར། །རྣམ་རྟོག་དབང་སོང་རྟག་ཏུ་རང་དབང་མེད། །ལས་སྤང་བདེ་  
 བ་ལྟར་སྤང་འཁོར་བའི་རྒྱན། །ཡིད་བརྟན་མེད་ཅིང་མ་འོངས་སྟུག་བསྐྱལ་  
 འཕེན། །ངན་སོང་གསུམ་དང་སྟངས་མའི་གནས་ན། །སྟེ་རྒྱ་ན་འཆི་འཕོ་སྤྱང་

ཡོངས་ཚོལ་སོགས། །སྤྱལ་བསྐལ་རྣམ་པ་མང་པོའི་ཡོ་ལང་འབྲུག། །སེམས་  
ཉིད་རང་དབང་ངལ་བསོ་མེད་པར་འབྱམས། །བདེ་ལ་ཆགས་ཤིང་ངོམས་པ་  
མེད་པར་འབྱན། །མ་འོངས་བདེ་རྒྱ་དགེ་ལ་བརྩོན་པ་ཉུང་། །སྤྱལ་བསྐལ་  
གནས་ལ་ཁུམ་འཛིགས་ཡང་བས། །དགེ་བའི་བསམ་པ་དག་ཀྱང་སྦྱི་བ་  
དཀོན། །རི་ལྟར་བསམ་ཀྱང་འཁོར་བའི་ཁམས་འདི་ནི། །སྤྱལ་བསྐལ་གསུམ་  
གྱི་ཅ་རྒྱབས་ཆེས་འབྲུག་པས། །མེ་ཡི་འོབས་དང་ངེས་པར་མཚུངས་མོད་གྱི། །  
དགེ་བའི་བཤེས་དང་དམ་པའི་ཆོས་འཕད་ནས། །རྩྱལ་བཞིན་སེམས་པ་བྲལ་  
རྣམས་དེ་མི་ཤེས། །དེ་ནི་སྤྱིད་ལ་ཆགས་པའི་སེམས་སྟོངས་ལ། །ཆོས་གྱི་དེ་  
ཉིད་ཡོངས་སུ་བཅའ་བྱས་ན། །དོན་དམ་དམིགས་པ་མེད་པའི་མཉམ་ཉིད་  
དང་། །ཀུན་རྫོབ་སྦྱུ་མ་ལྟ་བུར་རྟོགས་བྱོས་ལ། །རྣམ་རྟོག་འབྲུལ་པའི་དབང་  
དུ་མ་སོང་བར། །རང་སེམས་ནང་དུ་ཡང་དག་འཛིག་པ་དང་། །སྤྱིད་པའི་རང་  
བཞིན་ལྟ་མཐོང་མིག་གིས་རྟོས། །རང་སེམས་རང་དབང་ཅུང་ཟད་མ་ཐོབ་  
པར། །ཞི་ལྟ་རྣལ་འབྱོར་འདོར་བར་མ་བྱེད་དང་། །དེ་ནས་ཁྱོད་ལ་སྟོན་  
མེད་དགའ་དང་བདེས། །མདུན་ནས་བསུ་ཁིང་བདེ་བའི་གྲོང་དུ་འགྲོ། །པམ་ཆོས་  
ལྷགས་ལག་ལྷ་ཀྱེས་ཀྱི་ལམ་ལུ་ལམ་པས་སོ། །

༥ གྱེར་རང་གི་ལས་སྤྱང་རྟོག་བསྐྱངས་པས། །རེ་ཞིག་ལུས་ན་སེམས་གྱི་ཀུན་  
རྟོག་འབྲུག། །སྤྱལ་བསྐལ་རྩ་རྒྱབས་འབྲུལ་པའི་རྒྱ་མཚོ་བཀྲ་ལ། །ལྷ་བཟེད་དང་

དུག་གིས་མཚོ་མཐར་བཀྱལ། །དེ་གི་ད་སྟོ་ལན་གྲངས་ཕྱིར་ཕྱིར་མཐར། །  
 བདྲ་འཇམ་དབལ་སྟོལ་མ་ལ་སོགས་པའི། །ཕྱོགས་བཅུའི་རྒྱལ་བའི་ཐུགས་  
 རྩེའི་འོད་ཟེར་གྱིས། །བདེ་བར་བསྐྱས་ཏེ་འཛིགས་མེད་ཐང་ལ་སླེབས། །ན་  
 ལྷམ་དག་པོའི་དུས་སུ་ནད་ཀྱང་ཞི། །སྟོ་སྣམ་དག་པོའི་དུས་སུ་སྟོ་ཡང་ཞི། །  
 ཀྱུན་འབྱུགས་དག་པོའི་དུས་སུ་འབྱུགས་མེད་འབྱུར། །སྤྱར་ཡང་རིག་གང་ངས་  
 བཞད་པ་བརྒྱད་སྟོགས་ཤིང་། །འཛིགས་མེད་ནམ་མཁའི་བདེ་ཐབས་རིམ་  
 བཞིན་འཆར། །མི་ཉམས་དངོས་ལ་བདེ་ལྷན་མང་དུ་འཆར། །གི་སར་རྒྱལ་  
 པོ་དག་གྲ་སྒྲེར་མ་ཡི། །དགེས་འཇུམ་བཞད་པའི་གད་རྒྱུངས་ཕྱོགས་བརྒྱར་  
 སྟོག་ །དེ་ནི་མ་འཛིགས་ཅུ་གསུམ་དུ་ན་པར་གྱིས། །སྤང་བ་བག་ཡང་རྣམས་ན་  
 ཅི་མི་གཞོད། །རང་སྤང་ཉོགས་ན་གང་གར་རྩུབ་པ་འཆར། །དེ་གི་དངོས་ནི་  
 རྒྱུང་སེམས་ཅེད་མོ་འདྲ། །ལས་སྤང་དབང་གིས་རེ་ཞིག་གསལ་ཆ་མེད། །  
 སྤང་ནས་ཉམས་འབར་བདེ་གསལ་ཅེ་མོ་ཅེ། །དེ་ནས་བདྲ་དབང་གི་དངོས་  
 གྲུབ་ཐོབ། །ཏ་ཏ་ ལུ་ལྷ་མོ་ལོ། །དགོ།

༥ ལུས་ནི་ཚད་མེད་སྤྱར་དོར་ཕྱིས་ཀྱང་དོར། །འདི་ཡང་རྒྱ་བའི་ཚད་  
 ཕྱིན་ནད་གྱིས་བཟུང་། །གདོས་བཅས་ཟུག་རྩེའི་གཟེབ་འདི་ཅིས་ཀྱང་ནི། །  
 འདོར་ངེས་པ་ལ་དམ་འཛིན་སྒྲུབ་པོ་འབྱུལ། །སེམས་ནི་མི་རྟག་སྟོག་འདས་  
 མ་ཆགས་སྟུང། །རང་ངོ་ཤེས་པར་ནམ་མཁའ་གཡང་དག་འདྲ། །ནམ་མཁའི་  
 དང་ནས་འགག་མེད་སྤྲུགས་ཀྱི་སྒྲ། །རྒྱུན་མར་བྱུང་ལ་དམིགས་ནས་བསྒྲ་

འཆལ་ལོ། །སྒོས་གཅོད་བྱུང་ན་རྩལ་བཞིན་བཅད་པར་བྱ། །འཛིགས་པ་བྱུང་  
ན་འཛིགས་མེད་དཔའ་གདིང་བཟུང་། །ཅི་ཡིན་ཡིན་རྒྱལ་ཅི་བྱུང་བྱུང་དུ་རྒྱལ། །  
རེ་དོགས་མེད་པར་གང་ཤར་རང་བབ་སྒྲོང་། །ལྷགས་ཤག་རྒྱ་མཚོས་ལ་དག་བར་བྱིས་  
དོན་ཆེ་ རང་ཁོན་ལེན།

༥ འདྲེ་ལུག་དེ་དོན་རྣམ་པར་རྟོག་ལ་གཏུགས། །རྣམ་རྟོག་ལུག་དེ་རང་  
སེམས་འདི་ལ་གཏུགས། །རང་སེམས་ལུག་དེ་དགའ་མ་ཆོས་སྐུར་གཏུགས། །  
ཆོས་སྐུའི་རང་དུ་འདྲེ་གཅོད་གཅོད་པ་ཡིན། །རང་གི་རྣམ་རྟོག་ཆོ་འབྲུལ་མ་  
ཤེས་པར། །གང་སྤང་འདྲེར་མཐོང་པས་ཀྱིས་འདྲེ་བཀར་ཞིང་། །ལག་པས་  
འདྲེ་བརྟུང་ཀུན་ལ་འདྲེར་འཛིན་སྦྱང། །དེ་འདྲ་གཅོད་པ་མ་ཡིན་འདྲེས་ཁྱེར་  
ཡིན། །ཡང་དག་དོན་ལ་ལྷ་དང་འདྲེ་མེད་ཅིང་། །རྣམ་རྟོག་ཅན་ལ་ལྷ་དང་  
འདྲེ་བྱསྤང་། །རྣམ་རྟོག་མི་རྟོག་ལྷུ་མས་སྤྲུག་ཞུས་ཀྱང་། །རྟོག་ཅན་རྟོག་  
འདུལ་ཨ་མའི་ཆོས་ལུགས་ཏེ། །ང་མེད་བདག་མེད་ལྷ་མེད་འདྲེ་མེད་གྱི། །  
དོན་ཤེས་ནས་ནི་དེ་དོན་མ་རྟོགས་གཞན། །རང་ལུས་མཆོད་སྦྱིན་དངོས་པོས་  
ཆོས་བྱས་ནས། །གཉིས་མེད་དོན་ལ་འཇུག་པའི་གཅོད་པ་བཟང་། །སྟོང་ཉིད་  
སྟོང་རྗེའི་སེམས་ཀྱིས་མ་ཆོད་ན། །བདེན་འཛིན་ཁྱོ་པོའི་སེམས་ཀྱིས་རི་ལྟར་  
ཆོད། །རྣམ་རྟོག་མ་ཆོད་གཅོད་བྱས་ཞན་གཅོད་པ། །ཡང་དག་གཅོད་གྱི་ལུགས་  
དང་ཆེས་ཆེར་འགལ། །སྟོང་ཉིད་སྟོང་རྗེའི་རང་རྩལ་བྲག་པོ་ཡི། །འདུལ་  
ཐབས་སྒྲ་ཆོགས་ཤར་བས་ཐབས་མ་འགལ། །གཅོད་འདུལ་ཞེས་གྲགས་བྲག་



ལས་སྤྱི་དང་མཚུངས། །གནད་མ་ཤེས་ན་གཅོད་ལོག་སྒྲོལ་ལོག་འགྱུར། །  
ཅེས་གྲུང་མི་ཐམ་བས་སྒྲུབ་སོ། །

༥ རང་རིག་དོགས་གཅོད་དོ་རྗེའི་མེ་ལོང་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས། བ་མོ་མཆོད་ཤི་ཡེ།  
ཐོས་ཆུང་ཁྱོད་བ་མེད་བ་རྣམས། །རྫོགས་ཆེན་རང་རིག་ཅེས་བ་འདི། །  
དབུ་མའི་མཉམ་བཞག་ཡེ་ཤེས་ལས། །ས་མཚམས་དམན་བ་ཞིག་ཏུ་འཛིན། །  
ཀ་ཡེ་དབུ་མར་རྫོམས་ཁྱོད་ཀྱི། །ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་ལ་མཉམ་གཞག་ཆེ། །སྒྲོ་  
རྒྱན་ཆད་དམ་མ་ཆད་འདོད། །རྒྱན་ཆད་འདུ་ཤེས་མེད་པའི་བསྒྲོལ། །ཕྱི་མ་  
ལྟར་ན་སྒྲོས་ཆོས་ཉིད། །ཉམས་སུ་ཁྱོད་བ་ཡོད་དམ་མེད། །མེད་ན་ཆོས་ཉིད་  
རི་ལྟར་རྫོགས། །ཡོད་ན་དེ་འདྲའི་ཆོས་ཉིད་དེ། །ཆོས་ཀྱན་དེ་ཉིད་ཡིན་ཕྱིར་  
ན། །ཡུལ་ཅན་དེའི་ངོར་ཆོས་ཅན་རྣམས། །མ་འགག་སྒྲུང་བ་ཡོད་དམ་  
མེད། །ཡོད་ན་གཉིས་སྒྲུང་རི་ལྟར་རྒྱབ། །མེད་ན་ཡུལ་དང་བྲལ་བ་ཡི། །སྒྲོ་  
ཡིས་ཉམས་སུ་ཁྱོད་ཞེས་བ། །རི་འདྲ་ཞིག་ལ་མཚུབ་མོ་འཇུགས། །ཡུལ་དང་  
ཡུལ་ཅན་བྲལ་བ་ཡི། །སོ་སོ་རང་རིག་ཡེ་ཤེས་ཅམ། །ཡིན་ཟེར་ན་ནི་དེ་དག་  
ལ། །རང་རིག་ཅེས་སུ་མིང་འདོགས་བ། །ཡིན་ཕྱིར་རང་རིག་ཅེས་བ་འདི། །  
སེམས་ཅམ་ལུགས་ཀྱི་གསལ་རིག་དང་། །ཕྱི་དོན་མེད་པར་མ་ཤེས་པའི། །ཤེས་  
པ་ཉི་ཆེད་སྒྲོང་ཉིད་དུ། །ཁོ་བ་གནས་ལུགས་ཁྱོད་མེད་གཏམས། །ཆོས་དབྱིངས་  
བསམ་མི་བྱུང་པའི་དོན། །སོ་སོ་རང་གིས་ཉམས་སུ་ཁྱོད་བ། །མཉམ་བཞག་  
ནམ་མཁའ་ལྟ་བུ་སྟེ། །ཉི་ཆེད་ཆོས་ཉིད་ག་ལ་ཡིན། །སེམས་ཅམ་རྣམ་ཤེས་

བདེན་གྲུབ་འདོད། །འདིར་ནི་རང་རིག་སྟོང་པ་ཆེ། །མངོན་སུམ་སྟོང་བས་  
གྲུབ་པ་ཡིས། །མཚན་མའི་དམིགས་གཏད་ཞིག་པ་ཡིན། །ཟུང་འཇུག་དབྱིངས་  
ལ་སྒྲུས་རིག་པ། །དེས་ནི་ཆོས་ཀྱན་དེ་ཉིད་མཐོང་། །ཆོས་ཅན་རེ་རེའི་ཆོས་ཉིད་  
དག །སོ་སོར་ཡོད་ན་ཐུག་པ་མེད། །དེ་ཕྱིར་སྟོང་བའི་ཚུལ་གྱིས་ནི། །ཟུང་  
འཇུག་དབྱིངས་ལ་མཉམ་བཞག་པས། །ཡིད་དཔྱོད་གྲུབ་མཐས་བསྐླལ་མང་དུ། །  
གྲུབ་འབྲས་འདི་ན་མངོན་དུ་གྱུར། །ཅེས་པ་འདམི་ལམ་རྒྱུ་ལ་བས་དཀར་མོ་སྒྲག་ཚད་  
རིམ་དུ་བྱུང་ག་མིང་ཞིག་ལ་གར་མར་བྲིས་པ་ཡི། ॥

༥ ཨོ་སྒྲུ་སྟེ། དག་དང་མ་དག་ལྷན་སྟེ་བའི། །དག་པ་ཁོ་ནར་མི་གྲུབ་ཀྱང་། །  
དག་དང་མ་དག་པ་གཉིས་ཀ། །སྒྲོ་བུར་ཡིན་ཏེ་ཆོས་ཉིད་ནི། །རང་བཞིན་རྣམ་  
དག་ཆེན་པོར་གནས། །དེ་ནི་དག་པ་ཆེན་པོ་སྟེ། །དེ་ཉིད་ཁོ་ནར་རྟག་ཏུ་  
གནས། །དེ་བཞིན་རྟག་དང་མི་རྟག་དང་། །འདུས་བྱས་འདུས་མ་བྱས་པ་དང་། །  
ཀུན་རྫོབ་དང་ནི་དོན་དམ་དང་། །ཆོས་ཅན་དང་ནི་ཆོས་ཉིད་ལ་འད་། །གཉིས་  
སྟེ་བའི་བྱེ་མ་ནི། །སྒྲ་མ་དང་ནི་སྟོབས་མཉམ་སྟེ། །སྒྲ་ཚུལ་ལ་ནི་དང་པོ་  
བཅན། །གནས་ཚུལ་ལ་ནི་གཉིས་པ་བཅན། །མཐར་ཐུག་དོན་ལ་གཉིས་ཀ་  
རྒྱུ། །གཉིས་ཀ་མགོ་མཉམ་དུ་དག་པ་ཡི། །དབྱིངས་ནི་སོ་སོར་མ་གྲུབ་པ། །  
རྟག་ཆེན་འདུས་མ་བྱས་པ་ཆེ། །དོན་དམ་ཆེན་པོ་ཆོས་ཉིད་ཆེ། །ཆེན་པོའི་སྒྲ་  
ཡིས་གང་བསྒྲགས་པ། །གཞི་དབྱིངས་ཡིན་ཏེ་ཐིག་ལེ་གཅིག །རང་གི་དོ་བོ་

སྒྲོ་ལས་འདས། རྗེས་ཐོབ་རྟོགས་པས་རྟག་སྟོགས་གངས་མ། འདི་ཁྱད་ཕྱེད་  
 བ་ཤིན་ཏུ་གཤམ། འདི་ནི་མཉམ་པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར། འུས་གསུམ་ཀྱུན་ཀྱང་དེ་  
 ཡི་ངང་། འདོས་དང་དདོས་མེད་དེ་ཡི་ངང་། འདི་ཡི་ངང་དུ་མ་གྱུར་ཆོས། མེད་  
 ཕྱིར་སྒྲུང་ཚུལ་དེ་ལྟ་བུས། གཤམ་ཀྱང་དེ་ཉིད་གཤམ་དུ་ནི། མི་འགྱུར་ཕྱོགས་  
 དུས་མཉམ་པ་ཉིད། འདོས་དང་དདོས་མེད་མཉམ་པ་འདི་ཕྱིར། འདོས་པོར་  
 སྒྲུང་ཡང་མི་རྟག་མིན། འདོས་མེད་ན་ཡང་བྱེད་མེད་མིན། འདི་བཞིན་སྤྱིད་  
 ཞིར་མི་གནས་སོ། བྱུང་འདས་ཉིད་ཀྱང་རྣམ་དག་ན། འཁོར་བ་དག་པ་སྒྲོས་  
 ཅི་དགོས། འདི་ཕྱིར་ཤིན་ཏུ་རྣམ་དག་པ། འདི་ལ་མ་དག་སྒྲུ་ཞིག་འཛེར། འདོས་  
 མེད་ཉིད་ཀྱང་མ་ཡིན་ན། འདོས་པོར་གྱུར་པ་གཤམ་ཞིག འདི་ཕྱིར་  
 ཕྱོགས་སྒྲུ་མ་ལྟར་བ། འདི་ལ་ཕྱོགས་སྒྲུ་སྒྲུ་ཡིས་གཅོད། འདོས་དང་དདོས་  
 མེད་འདུས་བྱས་ཡིན། ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་ནི་འདུས་མ་བྱས། རྟག་དང་མི་རྟག་  
 འགྱུར་བ་ཡིན། ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་ནི་འགྱུར་བ་མེད། སྒྲུང་ཚུལ་ལ་ནི་ཕྱོགས་  
 གཉིས་ཅུང་། གནས་ཚུལ་ལ་ནི་གང་ལ་གྲུབ། འདེད་མེད་རྟོགས་པ་ཆེན་  
 པོ་སྟེ། འཇམ་དཔལ་འདྲོ་རྗེས་པོར་ལ་བསྟན། འདག་ལེགས་བཀྲ་ཤིས་རྣམ་  
 པར་རྒྱལ། །

། སྒྲུབ་ཞུས་ཀྱི་མ་གྱི་དུང་རྩ་གསུམ་རྒྱལ་བ་ཡི་ལྟ་ཆོག་སྟེ། སྒྲིགས་མའི་  
 འགོ་ལ་ཡེ་ཤེས་ཕྱགས་རྗེ་ཡིས་གཞིགས་དང་། རང་དང་གཤམ་གྱི་སྒྱུད་ཚུལ་  
 ལྟ་ཆོག་ལ་བསམ་ན། གཤམ་པོར་སྒྲེ་སྒྲགས་མི་འདོན་རང་དབང་ནི་མི་

འདུག། ཐོབ་དཀའི་དལ་ཏེན་དོན་མེད་ཚུད་ཟོས་ལ་གཏོང་ཞིང་། དེས་མེད་  
འཆི་བའི་བག་ཟོན་གྱི་ན་རུ་པོར་ནས། རྒྱ་འབྲས་ཞིབ་པར་མི་བསམ་ལས་  
ངན་གྱི་བཅུན་གཞུགས། འདྲ་ཡོད་ན་ཐུགས་རྗེ་ཡིས་གཟིགས་ཤིག།  
མི་སྟག་ཕྱ་མོ་མི་བཟོད་གཅིས་དགུ་ཡི་རང་ལུས། །ལྷགས་སྟེགས་གཞིར་ཉལ་  
བ་སུ་ཞིག་གིས་བཟོད་ཅུས། །སང་ཙམ་འཆི་བ་བྱུང་ནས་ངན་སོང་གི་སྟུག་  
བསྐལ། མི་སྤྱོད་རང་དབང་མི་འདུག་སྤྱོད་མ་རྗེ་མཁྱེན་ནོ། ཐོག་མེད་གོམས་  
བའི་དབང་གིས་སྟོས་བྱས་གྱི་ལྟ་བ། །ལག་ལ་མི་གཙང་བཞིན་ཏུ་རང་སེམས་  
དང་མཛའ་བས། ཞེན་མེད་མཐའ་བྲལ་ཟེར་ཡང་སྟོ་འདས་གྱི་ངང་ནས། ཡིན་  
ལྷགས་གནད་དུ་ཁེལ་བའི་ལྟ་བ་ཞིག་དཀའ་ཆོད། །སྟོ་འགྲང་སོས་དལ་སྟོད་  
བའི་ཡད་ཡུད་གྱི་བསྟོམ་ལ། །ཨ་འབྲས་ཉམས་གྱི་ངང་ན་ཡིན་མདོག་ཅིག་  
སྟོན་ཡང་། རྒྱུན་ངན་ཐོག་ཏུ་བབ་ཆེ་གཞན་ལས་ཀྱང་ཡོད་པས། བསྟོམ་བ་  
གོ་མི་ཆོད་འདིས་ཅི་ཞིག་རང་བྱེད་དོ། །སྤྱབས་གསུམ་དབང་བཞག་ཁས་སྤྱང་  
དམ་ཆོག་དང་སྟོམ་བ། ཐོར་གང་ཆང་དང་ཡུད་ཙམ་འབྲིག་བ་ཡི་བདེ་བར། །  
བརྗེ་ལ་ཁད་གྱི་རང་སེམས་སྟེལ་མེད་འདིར་སྟོས་དང་། འདྲ་དམ་བའི་གལ་  
ལ་སྟེགས་འདོད་ཅིག་གཤའ་ན། །འཁོར་བའི་སྤང་ཚུལ་མཐའ་དག་གཡོ་བ་ཡི་  
རང་བཞིན། །ལྷག་པར་སྟོག་འདྲའི་ཆེ་ལ་ཡིད་བརྟན་ཞིག་མེད་མོད། །འོན་  
ཀྱང་སྟོ་སུན་ཙམ་ཞིག་རང་རྒྱུད་ལ་མེད་པས། །མ་འོངས་བྱ་བྱེད་མང་པོའི་གོམ་  
ར་འདི་ཡ་མཚན། །འགོ་ཀུན་ཡ་མར་ཁས་འཆི་བྱུང་སེམས་གྱི་སྟོམ་ལྟན། །བདག་

གཞོན་དང་དུ་ལེན་དང་གཞན་པའི་བྱ་བ། །ལག་རྒྱ་ལེན་ཆོ་འགལ་བའི་རང་  
 ཏགས་ཤིག་བྱུང་ཡང་། །ཞེ་ཞེས་བདེ་ལ་རྒྱ་མེད་པར་ཡིན་མདོག་ཅིག་བྱེད་  
 མཆར། །སྤང་སྤྱོད་དག་པ་རབ་འབྱམས་རྒྱལ་བ་ཡི་དཀྱིལ་འཁོར། །བཙུགས་  
 དང་བཙུགས་མིན་ལམ་གྱིས་མཐོང་བ་ཞིག་དགོས་ཀྱང་། །ཡིན་པའི་ངེས་ཤིག་  
 ཅུ་ཞིག་སྐྱེ་བ་ཡང་དགའ་མཐོང་། །དེ་འདྲ་སྤྲུགས་པ་ཡིན་ན་སྤྲུགས་མིན་དེ་  
 སྤྲུགས་ །དྲིང་འཛིན་རྣམས་སྤྲུགས་ཆོག་འཛིན་པ་དོན་ལ་མཁས་ཤིང་། །དང་  
 བཙུགས་བསམ་གཏན་བཏན་པའི་ཡན་ལག་དང་ལྷན་པས། །ལྷ་སྤྲུགས་དབྱེར་  
 མེད་བསྐྱེད་པའི་གྲུབ་འབྲས་ལ་རོལ་བ། །ཉིན་མའི་སྐར་མ་བཞིན་དུ་ལྷན་བ་  
 འདི་ཅི་ཞིག་ཐབས་གྲོལ་མན་རྒྱ་ལ་མེད་པའི་བབ་གནད་ལ་རྟེན་པས། །གཉིས་  
 མེད་ཡེ་ཤེས་སྐྱེས་པས་གཉིས་སྤང་གི་རྟོག་བ། །ཟིལ་གྱིས་འོན་པའི་འབྲས་  
 ཏགས་ཆགས་སྤང་གི་བྱ་བས། །རང་ཞིག་སོང་བ་དགོས་ཏེ་སོང་མཁན་ནི་  
 ཨེ་འདུག །བདེན་བསོད་ཉམས་རང་ནས་འཆི་ཆོས་ཀྱང་མི་བྱ། །སྤྲུག་ན་  
 ལས་སྤྲུམ་མི་བསམ་ཆོས་མིན་ལ་སྦྱོད་བ། །ཏག་རྒྱ་བདེ་སྤྲུག་འདོར་ལེན་རང་  
 སེམས་ཀྱི་རང་ཚུལ། །སྤྲུག་རྒྱའི་རིམ་བཞིན་རྒྱ་བཟང་ཞིག་མི་སྤང་། །རྟོན་  
 བ་འབྱོར་དགུ་ཤེ་བས་ཤེ་ཆེ་རུ་བསགས་ཤིང་། །མ་རྟོན་སྤྲུག་གསུམ་གྱི་ཐང་ཆད་  
 ཆད་དུ་འབད་དེ། །གཞན་དོན་བྱེད་མདོག་རང་ནས་དད་འཕུལ་གྱི་ལོ་རྒྱུ་རྣམས། །  
 བསགས་བསགས་འཆི་ཁའི་བྱ་བ་གཏད་ས་རུ་བཞག་འདུག །བསྦྱོད་ན་རང་  
 སྤྲུམ་རྒྱལ་བའི་མེ་ཆེན་དེ་འབར་ཞིར། །སྤང་ན་མི་དགའ་སྤྲུག་དུང་ཁྲོ་ཆོག་

གིས་མནར་བ། །གང་ལྟར་བྱས་ཀྱང་མི་བདེ་ནམ་རྟོག་གི་ཅ་རྒྱུ་ལས། །ཐ་མལ་  
བག་ཡངས་གནས་ལ་རེག་དུས་ནི་མི་འདུག །སྤྱོད་མེད་གོམས་པའི་གཟུང་  
འཛིན་ཨ་འཐས་སུ་ཤར་བའི། །ཞེན་མེད་སྣུ་མའི་སློ་སྣུ་འབྱོར་ས་བར་ཡང་  
དཀའ་ཕྱིར། །དི་བྱས་དི་འབད་བཟང་བཟང་ལེགས་ལེགས་ལྟར་སྦྲང་ཡང་།  
ཆོས་བརྒྱད་སྟེམས་ཐག་ཆོད་པ་འོང་ཆོད་ནི་མི་འདུག །ལྟར་སྦྲང་ལུས་ཚུགས་  
བསྐྱེམས་ནས་ཞི་དུལ་ལ་གནས་ཀྱང་། །ཁྱོད་བར་རྩ་བཞིན་ཟག་པ་ཀུན་རྟོག་  
གི་རྒྱུད་སེམས། །རྩལ་མིན་ཡིད་བྱེད་གིས་བྲིད་གཏོལ་མེད་དུ་འབྱུངས་སོང་། །  
ཐ་མལ་གཡེང་བའི་ནམ་རྟོག་རྒྱ་འབུམས་འདི་ཅི་འདྲ། །སེམས་རྒྱུད་སྦྲང་ལས་  
གྱོད་ཞིང་ཞེན་འཛིན་གྱི་རྟོད་ལུར། །ཆོས་ཆེར་དམ་དུ་སོང་བ་དུག་ལྷ་ཡི་གཟེབ་  
རུལ། །ལེགས་ལེགས་གོས་གིས་ད་གིས་ནས་བཟང་བཟང་གི་སྟན་མིང་། །  
བདག་ས་པས་འགོ་ཀུན་འདེན་པའི་མཆོད་སྦྲང་དུ་བཅིས་ནས། །ལྟར་སྦྲང་  
ཆོག་གི་གསོལ་འདེབས་གུས་གུས་གྱི་ཐུག་འཆེལ། །དུང་དུང་ཡིད་གིས་མོས་  
ནས་ཡོད་ཡོད་གྱི་ཞོར་རྒྱས། །ཐལ་ཐལ་རྩལ་སྒྲགས་རྩལ་གིས་དེ་རུས་སུ་ཐུལ་  
ཡང་། །དེ་རྩལ་ཡིན་མདོག་ཁ་པོའི་མགོ་སྒྲོར་འདིས་སྒྲུའོ། །ལར་ལ་སྤྱི་ནང་  
བལྟས་ཆོག་ཡོ་འཁྱར་གྱི་རང་བཞིན། །རྩུང་ལ་རང་སེམས་བལྟས་ན་ཆགས་  
སྦྲང་གི་སྒྲོང་འཁོར། །མཆོ་སྤྱིར་གྱུ་ཞིག་བཞིན་དུ་གང་གང་ལ་བསམས་ཀྱང་།  
སྒྲོ་བ་ཁོ་ནར་འདུག་གོ་ཤེས་ལྟན་གྱི་གོགས་པོ། །སྤྱོད་མེད་འཆི་བའི་དུས་ན་  
སྒྲོ་ཁེལ་གྱི་དམ་ཆོས། །ཅང་མེད་གར་འགོ་གཏོལ་མེད་བསམ་བརྒྱག་གི་སྒྲོན་

པ། །གང་དགའ་ཇི་དགར་རང་འདོད་བག་ཡངས་སུ་གནས་པ། །ཀྱེ་མ་སྤྱིང་  
མེད་ང་ཆོ་སུ་ཞིག་གིས་བསྐྱུས་སོང་། །ཕྱི་མཚུངས་ནང་མཚུངས་འདི་མཉམ་  
ཕྱི་མཉམ་དུ་སོང་བའི། །གཞན་ལ་བཅའ་རྒྱུ་མེད་ནམ་དག་གི་རང་  
སེམས། །དྲི་མེད་ཤེལ་གོང་ལྟ་བུའི་འོད་གསལ་ཞིག་ཐོབ་ན། །དེ་དུས་སྤྱིང་  
པོ་རང་སྟེག་ཟུང་འཛིན་གྱི་ཐ་རྒྱལས། །ཆེས་ཆེར་གཡོ་བའི་སྐལ་བ་འདིར་སྤྱུ་  
མ་རྗེའི་གདམས་ངག་ །གནད་དུ་མ་ཕབ་དེད་འདྲའི་སྒོ་གསུམ་གྱི་བྱ་བྱེད། །རི་  
བྱས་གང་ལྟར་བྱས་ཀྱང་སྒྲོ་བ་དུ་འདུག་པས། །ཅུ་གསུམ་རྒྱལ་བ་མཁུན་ནོ་  
ཐུགས་རྗེ་ཡིས་གཟིགས་ཤིག། །ཅིས་པའང་ལྷགས་འབྱུག་ལོར་མི་ཕམ་བས་སྐྱང་རྒྱལ་ལ་རྒྱང་  
ཟད་སྒྲོ་ཕྱི་ཕྱིས་བཤོ། ॥

༡ ཕྱིད་སྤྱུ་བཞུགས་སོ། །སངས་རྒྱས་ཀྱི་ན་དོས་བརྒྱད་གསུམ་སྤྱུ་མ་ཡི་དགོངས་  
བརྒྱད། །བསྟན་པའི་སྤྱིང་པོ་ནང་རྒྱུད་སྟེག་སུམ་གྱི་ཐབ་གནད། །མ་ནོར་ལེགས་  
པར་འཛིན་མཛོད་མཆོག་ཆོགས་གྱི་འདུས་པ། །ཕན་བདེའི་འབྱུང་གནས་ཡིད་  
བཞིན་དབང་མཆོག་གི་རྒྱལ་པོ། །གཙུག་ཏུ་བཀོད་ནས་སྐལ་ལྷན་བདག་ཉིད་  
དང་བདག་འདྲའི། །ལེགས་སྒོར་དུས་སུ་སྤྱིན་པའི་སྒོ་ལྷན་གྱི་ཆོགས་སུ། །རང་  
སྟེམས་ཞེན་པ་མེད་པའི་བདེན་གཏམ་གྱི་རང་བཞིན། །ཉམས་དབྱངས་སྤྱིང་  
སྤྱུ་ལེན་ནོ་ཤེས་ལྷན་གྱི་གོགས་པོ། །སྟིགས་མ་ལྟ་པོ་བདོ་བ་དེང་སང་གི་དུས་  
ན། །བསྐྱིམ་བསྐྱིམ་རི་ལྟར་འབད་ཀྱང་རྩོལ་བཅས་གྱི་ཐེག་པས། །ཤིན་ཏུ་  
གདུལ་བར་དགའ་ཡང་རྩོལ་མེད་གྱི་ཉམས་ལེན། །ཆོས་ཐུང་བརྒྱད་ཁྱིའི་

འགགས་མདུད་རང་གོལ་དུ་གཏོང་བ། །སྤིང་དབུས་མི་ཟད་ཆོས་ཀྱི་གཏེར་  
སྒོ་དེ་འབྱེད་པའི། །ལམ་མཚོག་འདི་དང་ལྡན་ན་ནགས་ཚལ་ལ་མེ་བཞིན། །  
སྤྲིགས་མའི་རྒྱེན་རན་སྒྲ་ཚོགས་ལམ་ཁྱེར་དུ་བྱས་པའི། །ནལ་འབྱོར་སྐལ་ལྡན་  
དེ་ཆོ་སྤྱིད་པ་ཡི་རབ་མཚོག་ །པ་མེས་དུག་འཛིན་བརྒྱུད་པའི་པ་འབབ་ལ་བརྟེན་  
ཏེ། །གཞན་གྱིས་བསྐྱལ་མང་འབད་པས་བསྐྱབ་ན་འད་དགའ་པའི། །སྤིང་  
གསུམ་འཁོར་པའི་གཡང་ས་དུག་ཅུལ་གྱིས་གཙོད་ཅིང་། །བྱུང་མཚོག་དུག་  
འཛིན་དཔའ་པོའི་དགའ་ཚལ་ལ་ཡུད་གྱིས། །མཁའ་ལ་ཁྱུང་ལྡིང་བཞིན་དུ་  
གཅིག་རྗེས་གཅིག་སྒྲིབ་པའི། །བྱུང་བརྟེན་བརྒྱུད་ལྡན་སྤྱི་མའི་གལ་དུ་མལ་  
བསམ་ན། །གལ་མཐའི་བཅུན་རྒྱུང་བདག་གྲུང་ཉམས་དགའ་ཡི་རང་ནས། །  
སྤྱིད་པའི་རྒྱ་རྒྱུང་ལེན་སྤིང་འདོད་པ་ཞིག་བྱུང་ངོ། །གཟུང་འཛིན་ཆ་དཔལ་  
འབྱུགས་པའི་ཀུན་རྟོག་གི་སེམས་ལ། །ཅིར་བྱས་ཅིར་མི་ལོ་པའི་རང་གཤིས་  
སྤྱོད་པས། །མང་ཐོས་མང་སྒྲ་མང་དུ་བསམ་པ་ཡི་སྒྲེ་བོ། །མང་ཞིག་ཚོགས་  
གྲུང་དམུས་ལོང་རྣམས་གྱིས་ནི་ཉི་ལྔ། །རི་བཞིན་ཕྱོགས་ཙམ་མི་ཤེས་ཆོང་  
རང་སྒྲོག་མོད། །བརྒྱུད་ལྡན་སྤྱི་མའི་མན་ངག་ཡིད་གཏིང་དུ་ཁེལ་བས། །སྤྱོ་  
འདས་ཡེ་ཤེས་ཅི་སྒྲན་རྒྱུང་ཟད་ཅིག་ཐེབས་པས། །མ་གོམས་དེ་གར་ལུས་  
གྲུང་སྤྱིད་པོ་རང་འདུག་གོ། །དུགས་གསུམ་རྒྱལ་བ་འདུས་པའི་ངོ་བོ་ཡི་སྤྱི་མ། །  
མཚན་ཙམ་དྲན་པས་བྱིན་རྒྱུ་བས་ཆར་སྤྱིན་ལྟར་གཡོ་བ། །ཤོད་ལ་བཀའ་འདྲིན་  
མཚུངས་མེད་དུག་འཛིན་གྱི་སྤྱོད་དཔོན། །མཚོ་སྤྱིས་དོ་རྩེའི་ཞབས་པད་འདོད་



འབྲུང་གི་ནོར་ལ། སྤྱི་པོའི་གཙུག་ཏུ་བསྐྱོམ་པའི་སྐལ་བཟང་འདི་ཐོབ་པ། །ལྷ་  
 སྐལ་ཆད་པའི་དད་མེད་འགའ་ཞིག་ལ་བསམ་ན། །དད་པའི་གནས་ལ་དད་  
 པ་རྙེད་པ་འདི་རྙེད་པའི། །མཆོག་ཏུ་ཡིད་ཆེས་དེ་ཕྱིར་སྤྱིད་པོ་རང་འདུག་གོ། །  
 རྩ་འབྱུར་གསང་སྤྲུགས་གདམས་པ་བདུད་རྩི་ཡི་བཅུད་བཟང་། །རྣ་ལམ་འལ་  
 འོལ་བྱུང་ཡང་སྤྱིང་ག་རུ་མ་སོན། །ཟབ་མོའི་གནས་ལས་ཕྱིར་ཕྱོགས་རིག་  
 འཛིན་གྱི་བགོ་སྐལ། །ཆད་པའི་སྤྱི་པོ་མང་ཞིག་སྤྱིང་རྩེ་ཡི་འོས་ཀྱང་། །བྲུ་མ་  
 ལྷ་དང་དཀྱིལ་འཁོར་དམ་ཆོག་གི་གྲོགས་པོ། །རང་སྣང་དག་པའི་འོས་ན་དབྱེར་  
 མེད་གྱི་ཆོམ་ལ། །རྩ་ཡབ་དཔལ་རིར་འགྲོགས་པའི་དགའ་སྟོན་ལ་བསམ་ན། །  
 ཉམས་དགའི་སྤྱིད་པོ་མི་འབྲུབ་རང་དབང་ནི་མི་འདུག། །མ་རྒྱ་གུ་རུ་སྤྱོད་ལྷན་  
 མཆོག་སྤེད་གྱི་རོ་པོ། །ཁྱབ་བདག་འཇམ་དཔལ་རྩོད་རྩེའི་བདག་ཉིད་ཏུ་བཞུགས་  
 ལ། །ཡིད་ཆེས་དད་པས་གསོལ་འདེབས་ཏུང་གས་ཤིག་བགྱིས་ཀྱང་། །སྤྱོད་ས་  
 པའི་གཏེར་ཆེན་བརྒྱད་གྱི་སྤྱོད་འཕར་དེ་འབྱེད་ལ། །སྤྱོད་ས་པའི་མིག་འཇུག་ཅམ་  
 གྱིད་ཀའ་བཞི་མེད་ཆོད། །དུས་ངན་ལྷ་པའི་སྤྲིགས་མ་བདོ་བར་ནི་ལྷུང་ཕྱིར། །  
 རང་དབང་ཟབ་དོན་རྟོགས་པ་དཀའ་ཆོད་ཏུ་འདུག་ཀྱང་། །མོས་ལྷན་རེ་ཟུང་  
 ཡོད་ན་སྤྱིད་པོ་རུ་འདུག་གོ། །རིག་སྤྱོད་གཉུག་མ་ཆོས་སྤྱོད་ཆེན་པོ་ཡི་རང་ཞལ། །  
 གྲངས་མེད་དཀའ་བ་སྤྱིད་པའི་ཐ་མ་ལས་གཞན་དུ། །མཐོང་བའི་རེ་བ་བྲལ་  
 ཡང་ཟབ་དོན་གྱི་མན་ངག། །གནད་དུ་འབྱོར་ན་མི་ཆོའདི་ཉིད་གྱི་ཕྱེད་ལ། །  
 མཐོང་ལ་ལ་ཐང་མེད་ཕྱིར་སྤྱོད་མ་ཡི་གདམས་ངག། །དཀོན་ལ་དཀོན་པར་མཐོང་

ནས་ཡིད་ཆེས་ཀྱི་དད་པ། བཀས་ལ་མེ་བཞིན་འཕེལ་བས་གཞན་ཟེར་གྱི་ཚང་  
ཚོང་། །ཐེ་ཚོམ་དྲུ་བ་ཚོང་བ་དེ་ཕྱིར་དེར་སྦྱིད་དོ། །དེར་དུས་ལེགས་ལེགས་  
ཆོག་སྐྱམ་ཆོག་ཡི་ལྡོན་ཤིང་། །དོན་བརྒྱད་ཕྱིན་རྒྱབས་རྒྱན་བྲལ་འབྲས་མེད་  
ཀྱི་བསྟེ་གནས། །སྐལ་མེད་བྱ་ཆོགས་མང་པོས་བསྟེན་པ་རུ་མཐོང་ཆོ། །ལྷ་  
མའི་ཕྱིན་རྒྱབས་སྦྱིན་ལས་གདམས་ངག་གི་ཆར་རྒྱུ། །གད་དུ་ཕེབ་པར་རྩ་  
གསུམ་སྤང་མ་ཡི་དབྱེས་ཞལ། །ལྷག་ལྷག་དོམས་པས་དོན་གཉིས་འབྲས་བཟང་  
དུ་སྦྱིན་ནས། །ཆར་གཙོད་རྗེས་འཛིན་མཐུ་སྟོབས་ནུས་པ་ཡི་མངའ་དབང་། །  
མི་འཕྱོར་རང་དབང་མེད་འདི་སྦྱིད་པོ་རུ་གདོ། །ཟབ་དོན་མཁའ་འགྲུའི་གསང་  
མཛོད་བཀའ་གཏེར་གྱི་མཛོད་ཁང་། །པ་ཕོག་སྤུ་ལ་གདམས་ལྟར་གྲུ་རུ་ཡི་  
ཐུགས་རྗེས། །སྤྱུ་འཕྱར་རིང་ལུགས་འཛིན་ལ་བགོ་སྐལ་དུ་གནས་པས། །ལྷོ་  
ལྷན་མོས་ལྷན་སྐལ་ལྷན་ཀུན་ཚང་ཞིག་གིས་དྲན། །ཁོར་བུའི་སྤྱིང་ནས་སང་  
ཐལ་བ་ཡི་སྤྱིང་དུ། །མ་བསྟོད་འདིར་འདུས་འདིར་སྟོས་འདི་ཉིད་ལ་ཞུགས་  
དང་། །དོན་གཉིས་འབྱུང་ལ་ལ་ཐང་མེད་པ་འདྲ་འདུག་པས། །དོན་གྲུབ་བཟང་  
པོས་སྦྱས་འདི་དོན་ལྷན་དུ་མཛོད་ཅིག། །དེ་སྐྱད་སྦྱས་པ་དེ་ལ་དེ་བཞིན་དུ་དད་  
བའི། །སྐལ་ལྷན་དེ་ལ་རྩ་གསུམ་སྤང་མ་ཡི་དབྱེས་ཞལ། །མཛོན་དུ་སྟོགས་  
བཞིན་དགོ་མཚན་དཔུགས་དཔྱད་གི་གསུང་གདངས། །འབྲུག་སྐྱོང་ལྟར་  
སྟོག་ཅིང་དགོ་ལེགས་ཀྱི་མེ་ཉླ། །སེལ་སེལ་ཆར་དུ་བསྟེལ་ནས་མི་མཐུན་  
པའི་སྟོགས་ལས། །ཉླ་ཁྱེན་པར་རྒྱལ་བའི་གཤམ་སྟན་གྱི་བ་དན། །སྤྱིད་

པ་གསུམ་ན་མཚུངས་མེད་མཛོན་པར་ནི་མཐོ་བའི། །བཀྲ་གིས་སྒྲུང་བ་མཚོག་  
གིས་མངའ་གསོལ་དུ་མཛོད་ཅིག། །ཅིས་པའང་མི་ལམ་རྣམ་པར་རྒྱལ་བས་ཁྱིས་པ་དགེ་ལེགས་  
འཕེལ་ལོ། །མརྟེན་ལོ། །

༥ དོ་རྩེའི་རྟོགས་པ་གསང་བའི་དོ་རྟོགས་ ༥ དབྱངས་ཅན་སྒྲུ་མའི་རྒྱལ་མའི་སྒྲུ་ཐབས་  
འཕྱུལ། །ནམ་མཁའ་ལས་བྱས་མེ་ལོང་གཅིག་གི་ངང་། །མ་ལུས་སྤྱིད་ཞིའི་  
གཟུགས་བརྟན་ཀུན་སྒྲུང་བ། །རྟོག་ཏུ་བལྟ་བའི་གཟིགས་མོ་ལ་གཡེང་བ། །  
དབྱལ་བའི་དགྱིལ་ན་གནས་པའི་མིག་པོ་ཆེ། །མཐོང་མེད་ནམ་མཁའི་ཁམས་  
སྒྲུ་ཐལ་གྱིས་བགྲང། །མ་ལུས་མཐོང་བཞིན་མཐོང་མེད་ནམ་མཁའ་བཞིན། །  
ཐམས་ཅད་ནམ་མཁའི་ངང་དུ་མཐོང་ནས་དེར། །ནམ་མཁའ་ལས་འཕྱངས་  
མེད་ཏེ་དགའ་ཆལ་དུ། །སྤྱོད་བཅི་ཡང་མེད་པའི་མོ་གཤམ་ལས། །སྒྲུང་བ་  
ཅིར་ཡང་འཆར་བའི་མཛེས་ལྡན་མ། །སྤྱིས་ནས་རྒྱལ་རྣམས་ཆགས་པའི་མཛེས་  
སྒྲུ་གིས། །དེད་ཀྱང་སྒྲུང་ཅིས་སྒྲུང་ཅི་སྤྱོད་བཞིན་དང་། །དེ་ཆེ་ཅེ་དགའི་དགའ་  
སྤྱོད་ཉིན་མཚན་དུ། །སྤྱོད་ཡང་ད་དུང་ཆོམ་པར་མ་གྱུར་ལ། །མ་ལུས་གཟིགས་  
མོས་གཡེངས་ཀྱང་ལྟ་བུ་ཡི། །བྱ་བ་མཐའ་དག་རྫོགས་པར་མ་གྱུར་ཀྱང་། །  
ནམ་ཞིག་དེ་དང་ང་ཡང་ལྟན་ཅིག་ཏུ། །འབྲེས་པའི་མོད་ལ་དེ་མཐོང་བཞིན་  
དུ་བདག་ །དེ་དང་འབྲེས་བཞིན་མཐོང་བའི་མོད། །བྱར་མེད་ངང་ལ་སེམ་པའི་  
མཚོག་ཐོབ་ནས། །མ་ལུས་མཐོང་བ་ཀུན་ཀྱང་དེ་ན་རྫོགས། །ནམ་མཁའི་མེ་

དོག་སྒྲིན་པའི་སྤང་ཅིའི་རོ། །ཟུང་མོ་གཤམ་སུ་མོའི་རེག་བྱའི་བཅུད། །ཁྱོད་  
པའི་སྒོ་ལྷན་ནམ་མཁའི་ཁྱེལ་ཆུང་། །སྤྱི་མའི་རྒྱལ་ཐབས་བཅན་པའི་གོང་ཁྱེད་  
ན། །སྤྱི་པའི་བཅོན་ཁང་སྤང་པའི་དག་ཡི་དཔུང་། །འཛམས་པ་དོ་རྩོམ་  
པའི་རལ་གྱི་ཡིས། །མ་ལུས་ཐམས་ཅད་བཅད་ཀྱང་བདག་གིས་བདག་མ་  
བཅད་དེ་སྤྱི་ད་རུང་གཅོད་ལ་དགེས། །ནམ་ཞིག་རང་ཡང་བཅད་ཆོག་ཅད་  
བྱ་གཞན། །ཤེས་བྱའི་ཁོང་ན་མེད་པར་ཤེས་ནས་ཀྱང་། །མི་ཤིགས་དོ་རྩོམ་  
ནམ་མཁའི་རྒྱལ་ཐབས་ལ། །མཐའ་དཔུས་མེད་པར་མཉམ་པའི་རྒྱལ་སྤྱི་  
ཐོབ། །བྱར་མེད་བྱ་བ་ཟེན་པའི་ཐིག་ལེ་ནི། །གནས་མེད་ནམ་མཁའི་དགྱིལ་  
ན་གནས་ནས་ཀྱང་། །སྤང་མེད་སྤང་བ་ཆེན་པོས་འོད་བགྱིས་ནས། །སྤྱི་མེད་  
སྤྱི་རྒྱའི་སྤྱལ་ཆེན་ཏུ་གསལ། །ཞེས་སྒྲ་མཆོས་ཀྱི་ལ་མི་ལམ་པས་བྲིས་སོ། །

༡ ། ཡུངས་འབྱུང་ནང་གི་ནམ་མཁའ་ནི། །དེ་བཞིན་གསེགས་པའི་རྒྱ་  
འབྱུལ་གྱིས། །བསྐྱོད་ཀྱང་ལ་མཐའ་མི་རྟོག་པར། །དེ་ཡི་དགྱིལ་དུ་མདའ་  
ཞིག་རྒྱུབ། །གཏད་མེད་མདའ་དེ་མིག་དང་འདྲ། །འབེམ་མེད་འབེམ་དེ་ཐལ་  
གྱིས་ལུག། །ཐ་སྤྱི་མེད་པའི་ཐ་སྤྱི་འཁྱོད། །རིལ་པོ་གཅིག་ཏུ་བཞག་པ་སྟེ། །  
དག་པའི་ཤེལ་སྤོང་རི་བཞིན་དུ། །ཀུན་ནས་རང་བཞིན་ཡོང་དག་ལ། །མ་  
རིག་རང་སངས་ལེ་ཤེས་རྒྱས། །འཇམ་དཔལ་དཔལ་དང་ལྷན་པའི་མཆོག་།  
ཆོས་ཀྱི་ལ་མི་ལམ་པས་སོ། །

༥ མེམས་ཀྱི་རང་བཞིན་སྟོང་གསལ་དབྱེར་མེད་པ། །བརྗོད་མེད་དོ་རྩེ་  
ནམ་མཁའི་དགྱིལ་ལྟ་བུ། །མཐོང་ཞིང་མཐོང་མཁའ་ཉིད་ཀྱང་དེ་ཉིད་ལས། །  
གཞན་ན་མེད་པར་ཐིག་ལེ་ཉག་གཅིག་གྲོང་། །བལྟ་བུ་ལྟ་བུའི་བྲལ་ཡང་རང་  
གིས་རང་། །ལྟག་མ་མེད་པར་དུས་གཅིག་མཐོང་བ་ལྟའི། །མཐའ་དབུས་  
མེད་པའི་ཉམས་སྟོང་བྱུང་པར་ཅན། །བྱུང་མེད་བྱ་བ་ཐེན་པའི་འབྲས་ཅན་  
དེར། །མཐོང་བའི་ཡང་མེད་ཀྱང་མཐོང་འདོད་ཀྱི། །ལྟ་བུ་ཆོས་པའི་ཞེ་འདོད་  
གཏིང་ནས་ནི། །རང་གིས་ཞིག་པའི་སྟོ་བདེ་ཁོང་སྟོམ་ལ། །རིག་པ་འཇམ་དཔལ་  
དཔའ་བའི་འོད་བཟང་ཡིན། །མེམས་སྟོང་ཆོས་ཀྱི་ལ་མེམས་པས་བྱིས་པ་མཛད་ལ། །

༥ མཆོག་སྤྱི་ཀའི་སྟོང་གི་དྲངས་མ་འགྲུགས་པའི་སྤྱད་བྱངས། །ཨ་རྟོ། མ་དག་ཐ་  
མལ་སྤྱང་བའི་ཆོས་ཀྱན་ཀྱི་རང་བཞིན། །གདོད་ནས་སྤྱང་སྟོང་ཆོས་སྤྱི་ཡོ་  
ཤེས་སུ་ཤར་བའི། །རང་སྤྱང་རྣམ་དག་ཡོ་ཤེས་རྟོག་ཡི་གྲོང་བྱེད། །རྡོ་མཚར་  
མཆོག་ཏུ་དགའ་བའི་ཐོ་བྲང་གི་དབུས་ན། །བསྐྱེད་རྒྱལ་པོ་བདེ་ཆེན་ཐོད་པ་  
རྩལ་བཞུགས་ཏེ། །བརྒྱུད་གསུམ་རིག་འཛིན་སྤྱི་མའི་སྤྱིན་སུང་དེ་འབྲིགས་  
ལས། །བྲུགས་རྒྱུད་དགོངས་པའི་རང་རྩལ་བདེ་སྟོང་དུ་ཤར་བ། །འཇམ་འོད་  
མེ་རྟོག་ཐིག་ལེས་བྱིན་བཀྲག་ཅིག་ཐོབ་ཤོག། །བརྒྱུད་གསུམ་རྟོག་ཡི་སྟོང་  
ཁྲག་དྲངས་མ་ཡི་བཅུད་བཟང་། །ཡིད་ལ་སིམ་སིམ་ཐིམ་པའི་སྤྱི་བཟང་གི་  
ལང་ཆོའི། །མཚུངས་མེད་མཛེས་པ་དོམས་པས་མཆོག་སྤྱི་མཁའ་འགོ། །

དབང་མེད་སྤྱིན་ལྷར་འདུ་བའི་སྤྱད་བྱངས་འདི་ལེན་ནོ། །སྤྱོད་ཆོག་གསུལ་བྱའི་  
དོན་བྱེད་ཐེག་པ་ཡི་ཆོས་ཚུལ། །མང་མང་མཚོ་ལྷར་བསྐྱེལ་བའི་གདམས་ངག་  
གི་སྤྱིང་པོ། །འོད་གསལ་དོ་རྩེ་སྤྱིང་པོའི་ཡིད་བཞིན་གྱི་དབང་རྒྱལ། །མཐོང་  
དང་རྟོགས་པ་སྐལ་ལྷན་རེ་བྱང་ཅམ་ཡིན་ནོ། །འདི་ན་ཆོས་ཀུན་ཆོས་ཉིད་བདེན་  
སྤོང་དུ་ངེས་པས། །སྤྱང་བ་རྟེན་འབྲེལ་སྐྱུ་མའི་ཡོ་ལང་དུ་གར་ཏེ། །གང་སྤྱང་  
བྱམ་བྱམ་སྤྱང་སྤྱང་རོལ་མོ་རུ་མཐོང་བས། །སྐྱུ་མའི་ནལ་འཕྱོར་སྤྱིད་པའི་བོ་  
གཞེས་ཤིག་བྱེད་དོ། །སྤྱིང་དབུས་དྲངས་མ་ལྷ་ལྷན་འོད་ཟེར་གྱི་གྲུང་ཁང་། །  
སྤྱས་པའི་སྤྱོ་མོ་ཐབས་མཚོག་ལེ་མིག་གིས་བྱེས་པས། །ཀ་དག་ལྷུན་གྲུབ་ཆོས་  
སྐྱུ་ཡེ་ཤེས་གྱི་སེམས་དཔལ། །འཇམ་དཔལ་དཔལ་པོའི་རང་ཞལ་རྩེན་པ་རུ་  
མཐོང་སོང་། །དུས་གསུམ་རྒྱལ་བའི་ཞལ་རས་མ་ལུས་ཀྱང་རྟོགས་པ། །རིག་  
འཛིན་དཔལ་པོ་དུ་མའི་ཞེ་ཕུགས་གྱི་སྐྱེལ་སོ། །མ་རྒྱུད་མཁའ་འགོ་འབུམ་གྱི་  
སྤྱིང་ཐུག་གི་དྲངས་མ། །རྒྱུད་ཆེན་རྒྱ་མཚོས་བསྟན་པའི་སྤྱིང་པོ་དེ་འདི་ག །  
གཤེགས་དང་འཕྱོན་འགྱུར་བཞུགས་པ་སྤྱས་བཅས་གྱི་རྒྱལ་བ། །བརྒྱུད་གསུམ་  
སྤྱ་མ་རྒྱ་གེ་ཆོས་སྤྱོད་གི་འདུ་ཆོག་ས། །མཁའ་ལས་སྤྱིན་ལྷར་གཡོ་བ་བསྐྱུ་མེད་  
གྱི་ཆོས་ཉིད། །ཀུན་གྱང་སྤྱིང་པོ་འདི་ཡི་དམ་ཆོག་ལས་མི་འདའ། །དེ་རིང་  
འདི་ན་ཆོག་གསུལ་དོ་རྩེ་ཡི་མཆེད་གོག་ས། །སྤྱང་སྤྱོད་ཡེ་ཤེས་ཐེག་ལེའི་སྤྱོག་  
གཅིག་ཏུ་བརྒྱམས་པས། །ཀུན་གྱང་ཀུན་སྤྱང་སྐྱུ་མའི་འཇམ་རིས་སུ་ཡལ་ཏེ། །  
བྱང་འཇུག་འོད་སྐྱུ་འགྲུབ་པའི་རྟེན་འབྲེལ་རང་འགྲིག་སོང་། །དམ་ཅན་ལྷ་

མི་ནལ་འབྱོར་གྱི་ནང་གི་འདུ་བ། །མཐོང་ཐོས་དྲན་རེག་གིས་མཆོན་འཁོར་  
འདས་གྱི་སྣང་ཆ། །ཀུན་ཀྱང་ཀུན་བཟང་དགོངས་པ་བཟང་ཐལ་གྱི་གྲོང་ནས། །  
རོ་གཅིག་འདུ་འབྲལ་མེད་པའི་བདེ་ཆེན་ལ་གནས་སོང་། །རིག་དབྱིངས་ཡེ་  
ཤེས་སྒྲུ་མཆོག་ངེས་ཤེས་གྱི་མིག་གིས། །གཉིས་སུ་མེད་པའི་ཚུལ་གྱིས་མཐོང་  
བ་ཡི་མོད་ལ། །གང་ཤར་དབྱངས་སུ་བྱང་བ་ཆོས་ཉིད་གྱི་རང་སྒྲུས། །ཀུན་  
ལ་སྣང་སྟོང་མཉམ་པའི་ཡེ་ཤེས་དེ་ཐོབ་ཅིག །ཀུན་ཀྱང་རོ་མཉམ་ཡེ་ཤེས་ཆེན་  
པོ་ཡི་ཐིག་ལེ། །ཀུན་སྣང་མི་འགགས་དགའ་ཆེན་བདེ་མཆོག་གི་རོལ་མོ། །  
ཀུན་བྱུང་ཉལ་བ་དམ་པའི་དགེ་ལེགས་གྱི་སྣང་བས། །ཀུན་རྒྱ་ཡུན་སུ་མ་ཆོགས་  
པའི་ཤེས་པ་དེ་སྦྱུལ་ཅིག །ཅིས་མ་ཆོགས་མཁའ་འགྲོ་མ་རྒྱ་མཆོའི་སྒྲིང་གི་དྲངས་མ་འགྲུགས་པའི་  
སྒྲུང་བྱངས་འདི་ཤིང་ཅི་ལྷ། ༡ ཆོས་ལལ་ཀུན་མཁྱེན་དོ་ཨེ་གཟི་བུ་ཉིད་ཀྱི་བཀའ་ལྷང་གིས་ཟིལ་གཏོན་དབྱེས་  
བ་ཚུལ་དུ་འབོད་པས་གང་ཤར་བཅས་བཅོས་མེད་པར་ཤར་མར་བྲིས་པ་མཛད་ལོ། །

༥ ཆགས་པའི་རྒྱལ་མོ་རྗེས་དྲན་གྱི་སྤྱད་བྱངས་དགའ་  
བཞིའི་བྱ་མ་དྲ་བ་ཞུགས་སོ། །

ཨེ་མ་རོ། རྣམ་གསུམ་བྱོན་པ་རྒྱལ་བ་རྒྱལ་བྱས་ཀྱི། རྣམ་ཐར་རྒྱ་མཆོད་ཐ་  
རྒྱལ་ཐེ་སྟོད་པ། ཡེ་ཤེས་རྒྱ་མཆོད་རྗེ་རྣལ་འབྱོར་མ། གཅིག་པུའི་རོལ་  
པར་དེས་པ་རྟེན་ནས་སྤྱ། ལྟན་སྦྱེས་མཁའ་འགྲོའི་རང་བཞིན་བཅའ་པའི་  
ཆོ། གཞུགས་མིན་སྒྲ་མིན་སེམས་ཀྱང་མ་ཡིན་ལ། དངོས་མིན་དངོས་མེད་  
མ་ཡིན་ཅི་ཡང་མིན། མ་སྦྱེས་མ་འགག་མཁའ་ལྟར་མཉམ་པར་ཤེས། དེ་  
ལྟར་ཡང་འགྲོ་བ་སྣ་ཆོགས་སྤྱ། བསམ་པའི་དབང་བཞིན་སྦྱེ་བའི་ཆོ་འཕྱུལ་  
ནི། ལྟ་སྤྲུགས་ཏིང་འཛིན་འདུ་བྱེད་སྣ་ཆོགས་པ། སྦྱ་མ་རྒྱ་ལྷའི་ཚུལ་སྟོན་  
ངོ་མཆར་གནས། ཁྱད་པར་སྟོན་པ་ཆགས་པས་བསྒྲུས་མཁྱེན་ནས། ཁྱད་  
མེད་སྦྱ་མའི་ཚུལ་འཆང་ཡིད་འོང་གཞུགས། ཁྱོས་བྱེད་སྟོང་ལས་ལྟག་པའི་  
ཆགས་མཆོག་མ། སྟོན་པ་གསུམ་ན་མཚུངས་མེད་མཛེས་པར་སྟོན། ཆོས་  
དབྱིངས་མཉམ་པ་ཉིད་ཀྱང་ཀུན་བཟང་མོ། དབྱིངས་ཀྱི་ཡུམ་ཆེན་རིགས་ལྷའི་  
རྣལ་འབྱོར་མ། ཉིར་བཞིའི་ཡུལ་གྱི་གཙོ་མོ་འཁོར་དང་བཅས། ས་སྟེང་ཀུན་  
རྒྱལ་སྤྱུག་རྒྱུར་སྤྱང་། ཆགས་པས་འཆིང་ཞིང་ཆགས་པས་གྲོལ་མཁྱེན་  
ནས། ཆགས་པའི་མཆོན་གྱིས་གྲོལ་ལས་རྣམ་རྒྱལ་བའི། བདུད་ལ་འཕྱུ་



ཞིང་སྤྱིད་ལ་རྗེས་བཏུང་བའི། །བཞད་པ་བརྒྱུད་ལྷན་གསུང་གིས་ས་གསུམ་གཡོ། །  
 དགེས་ཞལ་བསྐྱ་བཞད་པའི་རྣམ་འགྱུར་ལས། །འཇུག་པའི་ཆོས་ཐེང་གོ་སར་  
 འོད་བཟང་ཅན། །འཇམ་མཉེན་ཐུག་གིས་དྲངས་ནས་ཡངས་པའི་བྲང་། །ཁྱ་  
 འབྱར་བྱང་གིས་མཛེས་པ་འགོ་ལ་སྟོབ། །བ་སྒྲུའི་འཁྲི་ཤིང་བསྐྱང་བས་བསྐྱོར་  
 བཡི། །འཇམ་མཉེན་བསྐྱ་དམར་པོ་ཟེའུ་འབྱ། །ཆགས་པ་སྐྱང་ཅིའི་རྒྱལ་དམར་  
 འཛག་པ་ཅན། །བདེ་བའི་དབལ་དུ་མདུན་ནས་ཉེ་བར་ངོམས། །སྤྱིང་རྗེའི་  
 ཐུགས་ལྷན་སྐྱས་བཅས་རྒྱལ་བཡི། །ཆོས་དང་ཟང་ཟིང་སྤྱིན་པ་མི་ཟད་བ། །  
 ཀྱན་གྱི་ཐུལ་ཕྱིན་བདེ་བ་ཆེན་པོ་ཡི། །སྤྱིན་པ་རབ་མཆོག་ཁྱོད་ཀྱིས་འགོ་ལ་  
 བསྐྱལ། །འདི་ན་ཐོག་མཐའ་མེད་པའི་སྤྱིད་པར་ནི། །རང་གི་སེམས་ཀྱི་དབང་  
 གིས་སྤྱིད་པའི་རྒྱར། །མི་ལམ་བཞིན་དུ་འཐུམ་པ་བདག་གིས་ཀྱང་། །དེ་རིང་  
 བདེ་ཆེན་དཔལ་མོ་རྗེས་དྲན་ཏེ། །དྷོ་རྗེ་བཙུན་མའི་གསང་བའི་ཚུས་སྤྱིས་མཐའ། །  
 རྣམ་ཐར་གསུམ་ལྷན་བསྟོད་པ་གཅིག་པུའི་ལམ། །དཀྱིལ་འཁོར་ཀྱན་གྱི་དམ་  
 པ་དེ་ཁོ་ན། །ཕྱིན་ལྷབས་དངོས་གྲུབ་ཀྱན་གྱི་འབྱུང་གནས་ལ། །ཆགས་པའི་  
 ཡིད་ཀྱིས་ཅེ་གཅིག་མཛོན་ཕྱོགས་ཏེ། །སྐྱ་དང་སྤྲུགས་ནི་ཡང་དག་རྗེས་དྲན་  
 བ། །ཆགས་མེད་ཆགས་པའི་ཚུལ་སྟོན་མཐའ་འགོ་མའི། །རྗེས་ཆགས་རྟོ་  
 རྗེའི་དམ་བཅའ་བསྐྱལ་གྱུར་ཅིག །ལྷ་དང་སྤྲུགས་ནི་ཐབས་མཐས་བཀོད་པ་  
 སྟེ། །བསོད་ནམས་རྒྱ་མཆོའི་གཟུགས་བརྙན་མཛོད་སྤྱོད་སོགས། །དན་པ་ཡིས་  
 ཀྱང་ཕྱིན་ལྷབས་འབྱུང་འགྱུར་བ། །དབང་བཞིའི་འབྱུང་གནས་རྟོ་རྗེ་བཙུན་

མོའི་མཁའ། །བདེ་བ་ཆེན་པོའི་དགྲིལ་ལམོར་མྱད་བྱུང་བ། །ཅེ་གཅིག་ཆགས་  
པའི་ཡིད་གྲིས་སྒོམ་བྱེད་བ། །ཐབས་མཁས་ལས་ཀྱང་མྱད་བྱུང་ཐབས་ཡིན་  
པས། །བདེ་མཆོག་པོ་ཉའི་ལམ་གྲིས་གྲུབ་པར་མཛོད། །ཆགས་པའི་སེམས་  
ལ་ནན་ཏན་མཆོག་ཡོད་ཅིང་། །ཆགས་པའི་ཡུལ་གྱི་ཡུལ་ཕྱིན་པ་དྲུའི་ཆལ། །  
ཡིད་གྱི་བྱུང་བ་གཞོན་རྒྱས་མཛོན་པ་ལྟས་ཏེ། །རུ་ལུ་ཕྱོས་པའི་དབྱངས་གྲིས་  
སྒྲུལ་བྱེད་ན། །སྒྲིན་གྱི་དམ་ཚིག་ཆེན་པོ་ཉེར་དགོངས་ནས། །མཁའ་ཁྱབ་ཞིང་  
གི་ཅ་གསུམ་ལྟ་ཡི་ཆོགས། །དགེས་པའི་གར་དང་བཅས་པས་འདིར་བྱོན་ཏེ།  
ལྟན་སྒྲིས་བདེ་པའི་གཟི་བྱིན་བསྐྱེད་དུ་གསོལ། །མཁའ་འགྲོའི་ཆོགས་གྱི་དབུས་  
ན་གར་མཛོད་པའི། །ཉེ་རུ་ཀ་དཔལ་དེ་ཡི་དམ་ཚིག་ནི། །ཆགས་པ་འདི་ཡིན་  
ཆགས་བྲལ་མ་ལགས་པས། །ཆགས་ལྟན་བདག་ལ་རྗེས་སུ་ཆགས་པར་མཛོད། །  
དོ་རྩེ་བཅུན་མོའི་ཆུ་སྒྲིས་ལས་བྱུང་བ། །རབ་དམར་ཉི་མ་འཆར་ཁའི་འོད་ཟེར་  
གྲིས། །མཁའ་ཁྱབ་བརྟན་དང་གཡོ་བའི་སྣང་བ་ཀུན། །བདེ་བ་ཆེན་པོའི་ངང་  
དུ་བཞུ་ཞིང་བསྐྱེད། །བདེ་པའི་སྒྲ་ཡིས་སྒྲས་བཅས་རྒྱལ་བ་ཀུན། །ཡབ་ཡུམ་  
མཉམ་པར་སྦྱར་བའི་བྱང་ཆུབ་སེམས། །བདུད་ཅི་ཆུ་པོས་གཙུག་ནས་དབང་  
བསྐྱར་ཞིང་། །བྱིན་གྲིས་བརྒྱབས་པས་བདག་རྒྱུད་ཡོངས་སུ་དག །གང་ལ་  
རྟེན་པས་བདེ་ཆེན་རྩོལ་མེད་དུ། །འབྲེན་པའི་དགྲིལ་ལམོར་དེ་ཡང་ལེགས་  
བརྟགས་ན། །གང་དུ་མི་གནས་མཁའ་ལྟར་རྣམ་པར་དག །དེས་མཆོན་ཕྱི་  
དང་ནང་དང་ངང་གི་སེམས། །ཆོས་ཀུན་མི་དམིགས་མི་གནས་མི་འཕོ་ལ། །

ཡེ་ནས་རང་བཞིན་རྣམ་བྱལ་སྒྲུ་མའི་ཚུལ། །མ་སྒྲིམ་མ་འགག་མཁའ་ལྟར་  
 མཉམ་བ་ཉིད། །གཉིས་མེད་བདེ་བ་ཆེན་པོའི་དེ་ཉིད་མཐོང་། །བདེ་བའི་ལམ་  
 གྱིས་བདེ་བར་གྲོལ་མཛད་པ། །རྫོང་བཙུན་མོ་བདེ་བ་ཆེན་པོའི་གཏེར། །སྤྱོད་  
 བྱིན་མཁའ་ལྟར་བྱུང་ཆོས་ཉིད་དེ། །གང་ལ་ཉེ་དང་རིང་བ་མ་མཆིས་བཞིན། །  
 བཟོད་དཀའ་རྟོག་པའི་སྤྱོད་པོས་བཟུང་བཞིན་དུ། །ལམ་པ་བའི་རྒྱར་ཚུད་སྒྲུག་  
 བསྐྱལ་མྱོང་བ་བདག །བཙེ་ཆེན་ཕྱག་གིས་འབྱུང་པར་མཛད་ནས་སྤྱ། །རྟོག་  
 པའི་བརྒྱབས་ཞི་བར་ཅིས་མི་མཛད། །སྒྲུ་འབྲུལ་དྲ་བའི་གཞུགས་ཅན་མཁའ་  
 འགོ་མ། །སྤྱིང་རྗེ་ཆེན་པོའི་དབང་ཕྱག་དབང་དང་ལྷན། །བདེ་བ་ཆེན་པོའི་  
 འབྱུང་གནས་བདེ་བའི་སྒྲུ། །དེ་རིང་བདག་ལ་མཛོན་དུ་གྱུར་པར་མཛོད། །  
 གསང་བའི་རྒྱ་སྒྲིམ་ཟེའུ་འབྲུའི་རེག་བྱ་ཡིས། །གཞོམ་དཀའ་འཕོ་བའི་བག་  
 ཆགས་རྒྱན་བཅད་ནས། །སྒྲུ་ཀྱང་སྒྲུ་ལ་སྒྲེར་དུ་མེད་པ་ཡི། །རང་བྱུང་གཉུག་  
 མའི་དེ་ཉིད་མཛོན་གྱུར་མཛོད། །དེ་ནས་བདག་གི་ནམ་མཁའི་མཐར་ཐུག་  
 པའི། །སེམས་ཅན་སྤྱོད་པས་བཅིངས་རྣམས་སྤྱོད་པ་ཡིས། །གྲོལ་བ་ཐབས་  
 མཁས་ཟབ་མོའི་སྒྲུ་ཐབས་འདི། །ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་དང་མཉམ་པར་བཀོད་  
 པར་བགྱི། །དུས་གསུམ་སྐྱུ་བཅས་རྒྱལ་བའི་ཡེ་ཤེས་སྒྲུ། །ཆགས་པའི་རྒྱལ་  
 མོ་བདག་ལ་རྗེས་ཆགས་མཛོད། །བདེ་ཆེན་དཔལ་མོའི་ཞལ་རས་ཉི་མ་ཡིས། །  
 རིང་ནས་ཞུགས་པ་སྤྱིང་གི་ལྷན་པ་སོལ། །མཆོག་ཏུ་འོད་གསལ་བདེ་བའི་དེ་  
 ཉིད་ནི། །ནམ་མཁའ་བཞིན་དུ་སྤྱོད་ཡུལ་ཀུན་དང་བྲལ། །གཉིས་མེད་མཉམ་

ཀུན་མཁྱེན་མི་ལམ་རྒྱ་མཚོའི་གསུང་འབུམ།

པ་སོ་སོ་རང་རིག་པ། །རང་བྱུང་ཡེ་ཤེས་གནས་མེད་ཀུན་ཏུ་སྣང་། །སྤྲུགས་  
སྤྲུག་རྒྱ་གཡི་རེག་བྱ་ལ་བརྟེན་ནས། །ཞིང་སྤྲུག་རྒྱ་གཡི་འདུ་བ་མཛོན་དུ་ཐོབ། །  
ལྷན་སྤྲུག་མཁའ་འགྲོ་དེ་ཉིད་མཐོང་གྱུར་ནས། །མཁའ་འགྲོའི་ཚོགས་ཀྱི་དབང་  
ལྷག་ཉིད་གྱུར་ཅིག །འཛིགས་དང་དོགས་པ་མུ་ངན་སྣ་ཚོགས་ཀྱི། །རྟོག་པའི་  
བརྒྱབས་དགག་པར་དཀའ་བ་ཡང་། །གང་དུ་ཉེ་བའི་མོད་ལ་འཛོམས་བྱེད་  
པའི། །བདེ་མཚོག་ལོ་ཉིད་འདུ་བ་འཁེལ་གྱུར་ཅིག །ཆགས་པའི་འདམ་ལས་  
ཡེ་ཤེས་བརྒྱའི་ཚལ། །རབ་རྒྱས་གྲུབ་གཉིས་སྤྲང་ཅིའི་དྲི་བཟང་གིས། །ཁྲིད་  
གསུམ་བརྟན་པ་འཕྲོག་བཞིན་དག་ལེགས་ཀྱི། །དག་འཕྲོན་ཆེན་པོ་སྤྲུམ་  
བྱུང་གྱུར་ཅིག །ཅེས་པའང་རྒྱ་འབུག་གླེ་ཆོས་༡༥པ་བརྒྱ་པདེ་ལྷན་གྱི་དུ་མི་ལམ་ནུམ་པར་རྒྱལ་བའི་  
རིག་ཁམས་གཞིན་རྒྱ་ཚོས་དབྱིངས་ཤེས་རབ་དཔལ་མེད་གོགས་དང་ལྷན་ཅིག་པས་གྲུ་སྤངས་པ་མདྲ་ལོ། །

# ༡ ཏྲ་གི་སྒྲིང་བརྒྱུལ་གྱི་སྒྲུ་གར་བདེ་ཆེན་དགའ་བ་ འབྲིལ་བ་བལྟགས་སོ། །

ནལ་འབྱོར་མོམ་གར་གྱི་ཆས་སུ་ཞུགས་ནས་ལྟེང་རྒྱལ་གྱི་དང་ནས་གང་སྤང་བདེ་བ་ཆེན་པོའི་དོན་རྗེས་སྒྲུ་  
གར་གྱིས་མཁའ་འགྲོ་མཉེས་པར་བྱས་ན་མཆོག་སྤུང་མོང་གི་དོན་སྒྲུབ་ཡིད་བཞིན་འགྲུགས་པའི་ཕྱིར་འདི་  
ལྟར་འབད་བར་བྱས། རྟོ། ཉི་མ་བརྒྱུ་བའི་གཟི་ལྡན་ཏེ་རུ་ཀམ་། ཡིད་འོང་ལྷ་བ་  
སྒྲོང་གི་མཛེས་འབྲེལ་བ། མཆོག་དགའི་ལྷ་མོ་རྣམས་དང་ལྷན་ཅིག་ཏུ། བདེ་  
ཆེན་གར་གྱི་ཆོ་གས་དབྱེས་པར་གྱུར། ཁྱིམ་ཏེ་རི་ནི་ས་ར་ཅ་ཉི་ལ་ཨེ་ཨ་ར་  
སྒྲི་ཨ་ལ་ལ་རྟེ་། བསྐྱེད་བཞིན་ལ་གནས་པའི་ཡུལ་མིག། དཀྱུས་རིང་ལྷུ་མ་  
བུའི་ཟུར་མིག་པན་ཚུན་དུ། གཟིགས་པའི་བདེ་བ་སྦྱིད་གར་གྱི་འདུ་བ་ལ། །  
རབ་དབྱེས་མཁའ་འགྲོའི་ཆོགས་རྣམས་གཤེགས་སུ་གསོལ། ཁྱིམ་ཏེ་རི་  
བསྐྱེད་ཆེལ་ལ་འདུ་བའི་བུང་བ་བཞིན། བདེ་ཆེན་དཔའ་བོ་མཆོག་དང་མཁའ་  
འགྲོའི་ཆོགས། མཁའ་ལ་དང་བའི་འགྲོས་ཀྱིས་འདིར་གཤེགས་ནས། སྐལ་  
ལྷན་སྒྲིང་ལ་ཞུགས་ཤིང་གར་མཛོད་ཅིག། ཁྱིམ་ཏེ་རི་རྗེས་ཆགས་དགའ་བས་  
ཀུན་རྟོག་གངས་ཀྱི་རི། བལྟས་བ་བདེ་ཆེན་རྒྱ་མཆོའི་འབྲིལ་བའི་རྒྱབས། བཞད་  
པའི་སྒྲུ་དབྱངས་སྒྲུ་ཡི་རོལ་མོ་ཡིས། དཔལ་ལྷན་མཁའ་འགྲོའི་ཆོགས་རྣམས་  
མཉེས་གྱུར་ཅིག། ཁྱིམ་ཏེ་རི་རབ་དགའི་དྲི་བསྐྱེད་འབྲུལ་བའི་ལུས་མཆོག་གི་  
ལམ་པའི་བརྒྱ་པན་ཚུན་འབྲེལ་བ་ལས། རིག་པའི་དགའ་བ་སྒྲིང་ལ་བདུང་

ཅིའི་དབྱིང་། །འཕུང་བའི་གར་གྱིས་ལྷག་པར་ཅེན་པར་མཛོད། །རྫི་མ་རྩེ་ ལས་  
 རྒྱུད་ཀྱི་རྟོག་གཡོ་བ་སྤྱིད་པའི་དབུང་། །ཅིག་ཅར་འཛོམས་པའི་ཐབས་མཚོག་  
 མེ་བོ་ཆེ། །ཁུ་སྤྱོས་མཚོག་གི་དབུས་ན་གནས་པ་ཉིད། །སྦྱོར་བའི་བདེའ་ཡིས་  
 སྦྲར་ཁིང་གར་མཛོད་ཅིག །རྫི་མ་= རབ་དཀར་སོ་ཡི་རྒྱ་ལུང་ཐེང་བའི་ཚོགས། །  
 ཡིད་འོང་སོར་མེའི་མེ་རྟོག་དོག་པ་དང་། །ལྷན་ཅིག་རབ་ཡངས་རྒྱ་བའི་འཁྲི་  
 ཤིང་གི་ །ལུས་ཀྱི་གནས་སུ་ནམ་པར་ཅེན་པས་བྲེལ། །རྫི་མ་= མཁུ་སྦྱོས་བསྐྱ་  
 གཞོན་རུའི་དབུས་གནས་པ། །འཇམ་མཉེན་ལྷགས་ཀྱི་ཟེའུ་འབྲུགས་པར་བའི་  
 བཅུད། །འཕུང་ཁིང་མྱོས་པའི་གར་གྱིས་སྦྱོད་བ་ཡི། །དབལ་ལྷན་བུང་བའི་  
 རྒྱལ་པོ་ནམ་པར་མཛོད། །རྫི་མ་རྩེ་= རབ་ཡངས་རྒྱ་བའི་བྲང་གིས་ཕན་ཚུན་  
 ཏུ། །འོ་བྱེད་ལག་གི་འཁྲི་ཤིང་དམ་བཅིང་བཞིན། །བདེ་བའི་ཟིལ་མངར་འཕུང་  
 བའི་ཉ་སྤྱིད་དབུངས། །གསང་ཆེན་སྤྲགས་ཀྱི་རོལ་མོའི་དབྱེས་བར་བརྒྱུང་། །  
 །རྫི་མ་= དཀར་ཐུབ་ལ་སོགས་ཟུག་རུའི་མདུད་བཀྲོལ་ནས། །འདམ་སྤྱོས་བཞིན་  
 ཏུ་འཆིང་ལས་ནམ་གྲོལ་བ། །བསྐྱེད་རེག་བྱར་ཞུགས་པའི་བདེ་བ་ཆེ། །ནལ་  
 འབྱོར་སྤྱིད་གི་ཉི་མ་འཆར་བར་མཛོད། །རྫི་མ་= འཕོ་ཁིང་གཡོ་བ་ཉི་མ་རྒྱ་  
 བའི་འབྲོས། །སྦྱ་གཙན་ལམ་རུ་སོན་པའི་ཐབས་མཐས་ཀྱིས། །དཀར་དམར་  
 རྒྱ་བའི་ཐེང་བ་གཡོ་མེད་ཏུ། །རིན་ཆེན་ཟ་མ་རྟོག་རྩ་ཚུད་པར་མཛོད། །རྫི་མ་=  
 ཀུན་རྟོག་ཐུན་པ་རྒྱན་ནས་དེངས་པ་ཡི། །སྦྱིབ་བྲལ་སྟོན་གནམ་ལྷ་བུའི་འོད་  
 གསལ་ངང་། །མཁྱེན་གདངས་སྦྱ་མར་ཤར་བ་འོད་ལྡེའི་མདངས། །དྲངས་

མའི་དགྲིལ་འཁོར་དབྱིངས་སུ་སྒྲོ་བར་མཛོད། ཁྱིམ་= དེར་ནི་དཔལ་པོའི་ཚོགས་  
 བཅས་མཁའ་འགོ་མ། །དབྱེར་མེད་བདེ་ཆེན་གསང་བའི་ཚོགས་འཁོར་ལ། །  
 དགུམ་མཉམ་དག་བ་ཆེན་པོ་རོལ་ནས་ཀྱང་། །སྒྲུལ་པའི་སྒྲུ་འཕྱུལ་འཛིག་རྟེན་  
 ཀྱན་ཏུ་སྟོན། ཁྱིམ་= སྤྱིད་དང་ཞི་བའི་རང་བཞིན་ཉིད་གྱིས་མཉམ། །ལྟན་  
 སྒྲུམ་བདེ་ཆེན་རོལ་བས་སྒྲིང་སྤྱིད་ཀྱན། །བདེ་ཆེན་སྒྲུ་མར་གར་བའི་དགུམ་  
 མཚོད་སྤྱིན། །རབ་འབྱམས་ལུ་མཐའ་མེད་བ་རང་གར་བའོ། ཁྱིམ་= མི་  
 ཤིགས་དོ་རྗེའི་ལམ་ནས་དོ་རྗེའི་སྒྲུར། །ཡོངས་སྒྲིན་བདེ་ཆེན་དོ་རྗེ་བྱང་ཚུབ་  
 སེམས། །རང་བྱུང་ཡེ་ཤེས་ཆེན་པོ་གཅིག་གི་རང་། །སྤྱོད་ས་དུས་ཀྱན་བཟང་  
 མཉམ་ཉིད་གནས་པའོ། ཁྱིམ་= མི་ཡི་སེང་གོས་སྤྱིད་འདིར་དམན་པའི་རོང་། །  
 འདོད་ཡོན་སྤང་བའི་དཀའ་ཐུབ་ཚུལ་མཛོད་ཀྱང་། །རབ་སྒྲིན་འཁོར་གྱི་དབྱུས་  
 བ་མ་སྒྲས་སྒྲ། །ཁ་སྒྲུར་བདེ་བའི་བདག་ཉིད་ཆེན་པོར་བཞུགས། ཁྱིམ་= ཐབས་  
 ཆེན་འདི་དང་བྲལ་ན་སྤྱིད་པའི་རྒྱན། །མི་གཙོད་སྤྱིད་པར་ཉམས་པའི་འགོ་  
 ཚོགས་ལ། །འདོད་སྒྲུ་ཡིད་བཞིན་ཏུག་སྒྲུལ་བདེ་ཆེན་གྱི། །སྒྲིང་རྗེ་སྒྲུ་མའི་  
 གར་གྱིས་གར་མཛོད་ཅིག ཁྱིམ་= རབ་འབྱམས་ཞིང་གི་རྒྱལ་སྟེད་དཔལ་པོ་  
 དང་། །མཁའ་འགོའི་ཚོགས་གྱི་གསང་ལམ་དོ་རྗེ་ཡི། །ཐེག་མཚོག་སྒྲིང་པོ་  
 འདི་ལ་བདག་འདུད་དེ། །ཅུ་གསུམ་སྤྱང་མའི་ཚོགས་ཀྱང་མཁུན་པར་གསོལ། །  
 ཁྱིམ་= ཟབ་གསང་མཁའ་འགོའི་གསང་མཛོད་སྒྲགས་གྱི་ཚོས། །སྒྲོ་མཚོག་  
 སྒྲིང་ལ་གསལ་བྱིར་རིག་འཛིན་དང་། །ཡི་དམ་མཁའ་འགོ་སྤྱང་མའི་སྐབས་

ཀྱན་མཁེན་མི་ལམ་རྒྱ་མཆོད་གསུང་འབུམ།

ཕྱོད་ནས། །དག་མཆོན་གིས་པའི་དབྱངས་བཅས་གར་མཛོད་ཅིག། རྩི་མ་ཏ་རི་  
ནི་ས་ར་ཅ་རྩི་ཡ་ཨེ་ཨ་ར་ལྷི་ཨ་ལ་ལ་རྟ། ཞེས་པ་འདི་འང་རབ་ཆོས་ལྷགས་སྒྲུལ་རྩེ་ཞེས་  
༡༥༥༥འའ་འགྲོའི་ཆོག་ས་ཀྱི་རྩལ་སྒྲུལ་ལམ་པས་རྩོགས་པར་བྲིས་པ་མངྒལ། ॥

༥ ས་གསུམ་དག་ན་ཡིད་འོང་སྒྲུག་ཅིག་ལ། རྩིང་རྩེའི་གཞོན་ནུ་མ་ནི་  
ཁྱོད་ལ་འདུན། །བདེ་བའི་དེ་ཉིད་སྤངས་པའི་ཐབས་གཞན་གྱིས། །སངས་  
རྒྱས་ཉིད་དུ་འགྱུབ་པ་མ་ཡིན་ནོ། །དངོས་ཀྱན་གདོད་ནས་བདེ་བ་ཆེན་པོའི་  
དོན། རྩིང་ལ་མཛོན་སྒྲུམ་ཉིད་དུ་གསལ་བྱེད་པ། །ཐབས་ཀྱི་བདེ་བའི་འབྱུང་  
གནས་ཚུ་སྒྲེས་ཀྱི། །གོ་སར་རྒྱས་པའི་སྤྱང་རྩི་འབྱུང་བར་མཛོད། །བདེ་བར་  
གསེགས་པའི་ཡུལ་ནི་འདི་ལགས་ཏེ། །བདེ་བའི་ཡེ་ཤེས་ནམ་མཁའི་གཟུགས་  
ཅན་གྱིས། །བདེ་ཆེན་གཅིག་ཤུའི་ངོ་བོར་ཐམས་ཅད་མཐོང་། །བདེ་མཆོག་  
རྟག་པའི་བདག་ཉིད་གྲུབ་པར་མཛོད། །དོར་སྒྲུ་འདི་ལྷགས་ཡོས་རྩེ་༡༥ཆོས་༡༥ལ་འདོད་  
རྒྱལ་སྒྲུབ་རྩལ་སྒྲུལ་ལམ་པས་བྲིས་པའོ། ॥

༥ བདེ་ཆེན་རྟག་པ་དམ་པའི་ཡེ་ཤེས་སྒྲུ། །མཁའ་ཁྱབ་སྒྲུ་འབྱུལ་བྱ་བའི་  
འཁོར་ལོ་ལ། །བདེ་མཆོག་པདྨའི་གོ་སར་མཛོན་པ་ཡི། །རྩེས་ཆགས་ལྷ་མོའི་  
ཆོག་ས་ཀྱིས་མཆོད་པར་བགྱི། །རྩེ་༡༥ཆོས་༡༥ལའོ། །དགེའོ། ॥

༥ དོན་རྒྱུད་གཙོར་འཛིན་གསང་སྤྲགས་རྩིང་མ་པ། །ལྷ་བ་མཐོ་སྤྲིག་སྤྱོད་



བ་བརྒྱུད་ལ་དགེས། །ཕལ་ཆེ་རིག་འཛིན་སར་བསྟེན་སྐྱབ་པ་ཐོབ། །མྱུག་ས་  
 བ་མང་ཁིང་རྩལ་བ་གཞན་ལས་ཆེ། །མོས་གྲུ་ས་གཙོར་འཛིན་འགོ་མགོན་བཀའ་  
 རྒྱུད་པ། །བརྒྱུད་པའི་བྱིན་རྒྱུབ་ས་ཞུགས་པ་སུ་གོ་ཆོད་མང། །སྒྲོམ་སྒྲན་ཆེ་བ་  
 ཕལ་ཆེར་གྲུབ་པ་ཐོབ། །རྗེ་མ་པ་དང་འདྲ་མ་འདྲེས་ཀྱང་ཡིན། །མཁས་  
 རྩལ་གཙོར་འཛིན་རི་བོ་དགོ་ལྟན་པ། །དབྱུང་སྒྲོམ་ལ་དགའ་ཆོད་པའི་ཕྱོགས་  
 ལ་དགེས། །སྒྲིད་པ་མིག་སྟོས་མཛེས་པས་ཀུན་ཡིད་འཕྲོག། །འདྲུ་མང་འབྱོར་  
 ལྟན་དཔེ་ཆའི་རྒྱུར་ཆོལ་མང། །བསྟེན་རྒྱུབ་གཙོར་བྱེད་དཔལ་ལྟན་ས་སྐྱུ་པ། །  
 བརྒྱས་སྒྲོམ་སྟོབས་ཀྱིས་བྱིན་རྒྱུབ་ས་ཞུགས་པ་མང། །རང་ཕྱོགས་ཆེ་འཛིན་  
 རྒྱུན་གྱི་ཐུགས་དམ་བཟང། །སྲུ་ལ་འགའ་ཡང་ཀུན་གྱི་ཆ་གསལ་ཡོད། །ཞེ་མ་  
 བོད་ཡུལ་ཆོས་ལུགས་རྣམ་པ་བཞི། །དོན་གྱི་ཁུངས་གཅིག་མོས་སྦྱང་སོ་སོར་  
 ཤར། །སྲུ་ལ་ཞུགས་ཀྱང་རྩལ་བཞིན་ཉམས་སྦྱང་ན། །མཁས་དང་གྲུབ་པའི་  
 ཡོན་ཏན་འབྱུང་བའི་ཕྱིར། །ཕ་གཅིག་མ་གཅིག་སྤུ་ཆ་ཇི་བཞིན་དུ། །ཕན་རྩུན་  
 ཐུགས་མཐུན་མོས་གྲུ་ས་དག་སྦྱང་སྒྲོམ་ས། །རང་ལུགས་གཙོར་བརྒྱུད་གཞན་  
 ལ་གཤེ་བ་སྦྱོར། །དེ་ལྟར་མཛོད་ན་བསྟན་ཞུས་འདིར་ཡང་ལེགས། །མེསྟེལ་  
 རྒྱ་གཅིག་པའི་ཆོས་སུ་མཆོལ་མི་ཕམ་པས་བྱིས་པ་མཆྐལ། །

༡ འཇམ་དཔལ་ཡེ་ཤེས་སེམས་དཔར་འདུད། །བྲིགས་ཆོད་གནད་གྱི་  
གདམས་པ་བཤད། །ཤེས་པ་མ་བཅོས་རང་སྤར་བཞག། །དེ་ཡི་གཤིས་ལ་བབ་  
གྱིས་བལྟ། །འདི་ཡིན་དེ་ཡིན་དམིགས་གནད་གྱི། །རྣམ་པ་གང་ཡང་མེད་པ་

ལ། །བརྗོད་བྲལ་དེ་ཉིད་མྱོང་བ་ཡིན། །རང་གདངས་འགགས་པ་མེད་པ་  
འདི། །རྣལ་མ་གཤིས་ཀྱི་བབ་ཡིན་པས། །བསམ་གྱིས་མི་བྱལ་ཆོས་ཉིད་དོན། །  
རང་བཞིན་འོད་གསལ་ལྷག་མཐོང་སྟེ། །ལྷ་བ་རི་བོ་ཅོག་བཞག་ཡིན། །དེ་  
ཡི་བབ་ལ་གནས་བཞིན་དུ། །བསྟོམ་དུ་མེད་ལ་ཡེངས་བ་མེད། །དགག་སྐྱབ་  
རྟོག་དཔྱད་མི་གཞུག་པར། །རྣལ་མ་རང་བབ་ལྷག་པར་བཞག། །བྱ་ཚུལ་འཆིང་  
བསམ་མ་བསྐྱད་པའི། །ཆོས་ཉིད་བབ་ཀྱི་བསམ་གདམ་ཏེ། །རྣལ་འབྱོར་ནམ་  
མཁའི་རྒྱལ་པོར་གནས། །སྟོམ་པ་རྒྱ་མཚོ་ཅོག་བཞག་ཡིན། །དེ་ལྟར་བཞག་  
ཆོན་དུ་ནི། །སྟོམ་གསལ་རྣམ་རྟོག་རྒྱ་བ་དང་། །བྱི་རོལ་སྤང་བ་ཅི་ཤར་ཡང་། །  
དགག་སྐྱབ་མེད་པར་རང་སར་བོར། །གཤིས་ཀྱི་རང་བབ་མ་བརྗོད་ན། །གང་  
ཤར་ཕན་གནོད་བྲལ་བར་སྤང་། །བཟང་ངན་སྤང་དོར་ཅིས་གདབ་མེད། །  
སྟོད་པ་སྤང་བ་ཅོག་བཞག་ཡིན། །གོམས་ནས་སྤང་སྟིང་ཆོས་ཐམས་ཅད། །  
རིག་སྟོང་ཐིག་ལེ་ཉག་གཅིག་པོ། །དེ་ཡི་རང་དུ་འབྱུང་གིས་རྫོགས། །དེ་ནི་ཚུལ་  
མེད་ལྷན་གྱིས་གྲུབ། །ཚུལ་བས་སྤང་དང་སྤང་བྱ་བ་དང་། །འཁོར་འདས་རེ་དང་  
དོགས་པ་མེད། །གདོད་མའི་རང་བཞིན་མདོན་གྱུར་པ། །འབྲས་བུ་རིག་པ་  
ཅོག་བཞག་ཡིན་ཅོག་བཞག་བཞི་ལྟར་མན་ངག་འདི། །ཁྲིགས་ཆོད་དགོངས་  
པ་མཐར་ཐུག་སྟེ། །གནད་དང་ལྟན་ན་ཡུད་གྱིས་གྲོལ། །འཇམ་དབལ་དབལ་  
དང་ལྟན་པའི་མཆོག་ ། རྒྱལ་ལྷ་ཆོས་ལ་མི་ཙམ་འཇམ་དབལ་དགྱེས་པའི་སྟོ་མཆོལ་སྤྱང་  
བཤོ། །

༥ འཇམ་དཔལ་གཞོན་ལྷའི་ཡེ་ཤེས་སྒྲུ། སྒྲིབ་ལ་གནས་པ་དེར་བཏུང་  
 དེ། རྫོགས་ཆེན་མཐར་ཐུག་མན་ངག་སྒྲུའི། དགོངས་པ་ཐོད་ཀླུ་ཉམས་  
 ལེན་བཤད། རིག་པ་འོད་གསལ་ཆེན་པོའི་སྒྲུབས། མངོན་སུམ་ཉིད་དུ་བྱ་  
 བའི་སྒྲུད། ལུས་གནད་བཞུགས་སྒྲུངས་གསུམ་ལྷན་པས། རྒྱུད་གནད་དལ་  
 ཐུའན་ལ་འདོན། ལུལ་གནད་ནམ་མཁའ་རྒྱུན་བྲལ་ལ། རྫོགས་གནད་ལྷོག་  
 སེའ་ཐུར་གྱིས་བཏྲ། གནད་བཞི་བཅུན་པས་དེ་མ་ཐག སྒྲུ་གསུམ་ལྷན་གྲུབ་  
 རིག་པའི་གདངས། མཐིང་དབྱིངས་ཁྱབ་ཆེན་འོད་ལྷ་ལྷན། རྒྱུམ་སྒྲོར་ཐིག་  
 ལེ་ལྷ་ཁྱུང་ཅན། རིག་གདངས་ལུག་རྒྱུད་ཤེལ་ཐིང་ལྷར། སྒྲུང་བའི་གནད་  
 དང་མ་བྲལ་ན། དབྱིངས་གྱི་རྩ་བར་ལུག་རྒྱུད་ཚུད། ཁེམས་གནད་ཐིགས་  
 ཆོད་ཅོག་བཞག་དང་། འོད་གསལ་མཐོང་བ་མངོན་སུམ་པའི། ཤེས་རབ་  
 རང་བྱུང་སྒྲོན་མ་དེས། སྒྲུ་གསུམ་རང་གི་རྫོགས་པར་བྱས། དང་པོ་ཉི་ལྷ་  
 མར་མེ་ལ། རྟེན་བྱས་རྟེན་མེད་རང་ཤར་ནས། ཡིད་དཔྱོད་ཤེས་ཉམས་མི་  
 དགོས་པར། མཐོང་བའི་ལམ་གྱིས་ཆོད་ཟེན་ཅིང་། བར་གི་རིག་པ་སྒྲུ་རུ་  
 སྒྲིབ། གདོས་བཅས་ཟང་ཐལ་ནད་དབྱིངས་སྒྲུ། མཐར་ཐུག་དོན་གྱི་སངས་  
 རྒྱས་འགྲུབ། ཀླུ་རྟེན་གཞོན་པ་རྒྱུད་བཅས་ལ། ཕྱིས་གདབ་མེད་པར་གྱི་  
 བར་པོར། མི་འགྲུལ་གསུམ་ལ་གཞི་བཅས་ཏེ། རྫོད་པ་གསུམ་གྱི་ཆོད་གྱིས་  
 བཟུང་། རྟགས་ནི་ལུས་ངག་ཡིད་ལ་འབྱུང་། ཐོབ་པ་གསུམ་གྱི་གཟེར་ཐེབས་  
 མོ། །ཨ་ཇི་ཏས་མོ། ॥

ཀུན་མཁྱེན་མི་ལམ་རྒྱ་མཚོའི་གསུང་འབུམ།

༥ རྩོམ་ལུགས་ཀྱི་བཤད་པའི་བརྒྱད་འདེབས་ཁ་སྐོང་ལ། ཅུ་བའི་བྲམ་མ་རྣམས་  
ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །ཞེས་པའི་རྩོམ་ལ། དུས་ཞབས་རྣམ་གཉིས་ན་ལེན་བ་དང་། །  
རྒྱ་བ་མགོན་པོ་འགོ་ལོ་ཤེས་རབ་གྲགས། །ལྟ་རྩེ་སྒྲིམ་བ་དགོན་མཆོག་སྤྱང་  
དང་ནི། །སྒྲི་སྒྲོན་གནམ་བཙུགས་མི་ལུ་མ་བ་བསྐྱེད་རྩོམ་རྩོམ་དང་། །ཆོས་ཀྱི་དབང་  
ལྷག་ནམ་མཁའ་འོད་ཟེར་དང་། །ལྟ་རྩེ་རྩོམ་ལུ་མ་མཁའ་རྒྱལ་མཚན་དང་། །  
ཤེས་རབ་འོད་ཟེར་ཆོས་སྤྱོད་འོད་ཟེར་དང་། །ཐུགས་རྩེ་བཙུན་འགྲུས་རྒྱལ་བ་  
ལོ་ཤེས་དང་། །ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཚོ་ཀུན་མཁྱེན་དོལ་པོ་བ། །ཐུགས་ལས་རྣམ་  
རྒྱལ་ཉ་དཔོན་ཀུན་དགའ་དཔལ་། །ཀུན་དགའ་སྒྲོ་གོས་དགོན་མཆོག་བཟང་  
པོ་དང་། །ནམ་མཁའ་ཆོས་སྤྱོད་ནམ་མཁའ་དཔལ་བཟང་དང་། །རྩ་རྩ་  
ཀུན་དགའ་གོལ་མཆོག་དང་། །ལུང་རིགས་རྒྱ་མཚོ་རྩེ་བཙུན་སྒྲོལ་མགོན་  
ཞབས། །ཀུན་དགའ་རི་ཆེན་སྒྲོ་གོས་རྣམ་པར་རྒྱལ། །དག་དབང་ཐོན་ལས་  
ཀུན་བཟང་དབང་པོ་དང་། །ཆོད་བང་ལོ་ར་བུ་ཀུན་མཁྱེན་ཆོས་འབྱུང་གནས། །  
ཆོད་བང་ཀུན་བྱུང་དབང་རྒྱལ་རྩོམ་དང་། །གཙུག་ལག་ཆོས་རྒྱལ་རྒྱལ་དབང་  
བཙུབ་ཞི་བ། །འདྲན་མཆོག་ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཚོར་གསོལ་བ་འདེབས། །ཞེས་པའི་  
རྩོམ་ལུགས་དབང་གི་བརྒྱད་པ་ཡིན་འདུག་ཀྱང་། མི་དྲུག་ཀྱི་རྩོམ་ལུགས་རྣམས་དོལ་པོའི་མཚན་འགྲེལ་གསན་  
པའི་བརྒྱད་ཡིག་དང་ཆ་འདྲ་འགྲོ་སྟེ། དེ་ལྟར་ཅི་དགོས་བརྒྱད་འདེབས་བཙུན་ལ་བརྒྱད་འདེབས་སྤྱུག་  
ཅིག་མཛུ་ལོ། དགོལ། དགོལ། དགོལ། །

༄༅། །ཀུན་མཁྱེན་མི་ཡམ་རིན་པོ་ཆེས་དོ་གྲུབ་སྒྲུལ་སྒྲུ་  
འཛིགས་མེད་བསྟན་པའི་ཉི་མར་ཞལ་གདམས་  
བསྐྱབ་བྱ་གནང་བ་བཞུགས་སོ། །

སྔ་བསང་རལ་གྱིས་བདུད་བཞིའི་སྒྲིང་འདལ་བ། །ཤར་གུམ་མེ་ཏོག་གཞོན་  
ཅུའི་ལང་ཚོ་ཅན། །དྲན་བས་བདེ་སྟེར་མཁྱེན་རབ་བཀག་གི་ལྟ་ས། །འདི་ན་སྐྱལ་  
བ་ཅན་ལ་མགོན་མཛོད་ཅིག །རང་ཚུལ་མི་ཤེས་བས་ནི་གཞན་དག་ལ། །སྒྲུ་  
བ་གང་མཆིས་འོན་ཀྱང་ལ་སྒྲུན་པོས། །གང་དྲན་བུ་ལ་ཆོག་ཏུ་འབྱེན་པ་བཞིན། །  
བཙུང་བས་བརྗོད་ལ་དུས་སུ་རྟོགས་པར་མཛོད། །བརྒྱད་པའི་བཀའ་སྔོན་ལ་ལྟ་  
ཡི་ཚུ་བའི་རོགས། །སྐྱལ་བས་ཐེན་ལ་དེ་རུ་བསྒྲུབ་པའི་ཆོག་ས། །གཡོན་ཅན་  
ཆོག་གི་བསྟོད་ལམ་མི་འགྲིམ་པར། །རང་གནས་རང་སོ་བརྒྱུད་ལ་ཁེངས་པ་  
སྒྱུར་ས། །ཞེན་པའི་གྲུབ་མཐའ་རྒྱུད་ལ་ཞུགས་པ་ན། །སྤང་བར་དཀའ་ཞིང་  
རང་རྒྱུད་རང་མཐོང་ཆེ། །ནམ་ཞིག་འབྲས་མེད་རང་གཞན་བྱེ་ཐང་འབྱམ། །  
སྟོང་ལྷན་ཆེ་ཡང་བསྟན་མའི་གདོང་ལ་གསལ། །མེ་འབར་བ་དེ་རྒྱུད་གིས་མ་  
བསྟོད་ན། །སོ་ལྟར་གཤམ་གྲོལ་བརྒྱུད་པའི་རང་ལུགས་འཛིན། །སྤྱོད་ཆོག་ས་  
རྟོག་པ་ཐོང་ལ་རིག་འཛིན་གྱི། །རྗེས་ཞུགས་སུ་ཏེའི་བརྟུལ་ཞུགས་དང་དུ་ཡོངས། །  
རང་དང་གཞན་གྱིས་བཤད་པའི་གཞུང་ལུགས་གྱི། །སྟོ་གྲོས་ངལ་བ་བསྟེན་

པ་ཀུན་ཐོང་ལ། གྲོང་མེའི་མན་ངག་ལོ་ལྔའི་བར་དུ་སྒྲོམ་ས། ། དེ་ནས་གོགས་  
གོལ་ཡིད་བདེའི་ཉི་མ་འཆར། ། ལྷན་གྱིས་གྲུབ་པའི་ཐིན་ལས་སྤང་བ་འབར། །  
ཡིན་ཐག་ཆོད་པ་སེམས་ཀྱི་གསང་ན་ཡོད། ། ཁོ་བས་སྤར་རྟོགས་མན་ངག་  
མིག་གིས་ལྟོས། ། སུ་ལ་མི་བརྟེན་རང་དབང་ཉར་ཆོད་བྱ། ། ཉྱ་ཡི་རྒྱལ་པོས་  
བདེ་བར་བསྐྱལ་ལ་བརྟེན། ། དང་པོ་གྲགས་ཅུར་རྒྱུད་གིས་བརྟེན་སེམས་ཤིང་། །  
ཡིན་མིན་འདྲ་བའི་གྲུབ་མཐའ་རྟོགས་ཅན་ལ། ། སེམས་ཀྱིས་མ་བརྟེན་ཡེ་ཤེས་  
སྦྱོང་ཡུལ་ཆོལ། ། འདི་ཡིན་སྒྲུལ་པའི་ཕྱོགས་ཞེན་ཕྱོགས་འབྱལ་ན། ། འབར་  
འབར་འདྲ་ཡང་ཤིང་རྫོམ་མེ་བཞིན་དུ། ། སྒྲོ་ཆེན་ཐུ་ཐག་ཆོད་པར་མི་འཕེལ་  
ཞིང་། ། ཤེས་རབ་འགྲིབ་ཅིང་འོད་ཟེར་ཆེར་མི་འབྱེན། ། ཁློ་བ་དག་ཀྱང་སྤར་  
རྒྱུད་བཞིན་དུ་འབུམ། ། འདི་ཀུན་སྤྲོ་བས་ཀུན་རྟོག་དགྲུགས་ལས་བྱུང་། ། འབྱུང་  
པའི་ཡིད་དང་སྤྲོ་བའི་རང་རྩལ་གྱིས། ། དཔེ་རྣམས་རྒྱུད་དོར་དཔེ་མེད་སེམས་  
ལ་བཏུ། ། ཁོ་ཐག་ནང་ནས་ཆོད་པའི་དུས་ཅམ་ན། ། རྩོལ་མེད་མཁའ་ལ་ཐ་  
སྤྱད་འཇའ་མེས་བརྒྱ། ། མ་འདྲེས་ཞིབ་མོར་བྱེད་པ་དེ་ནས་འོང་། ། འཇམ་དཔལ་  
རྟོག་པས་བཟུང་ན་རྟོག་ཅིང་འབྱུགས། ། རྟོག་མེད་རང་དུ་ཉལ་ན་འཇམ་དཔལ་  
མཇལ། ། དེ་ནི་མི་སྤྲོའི་བརྟུལ་ཁྱུགས་གཟུང་མེ་རན། ། མི་སྤྲོ་མཛོད་དང་སྤྲོ་བའི་  
སྒོ་བརྒྱ་འབྱེད། ། སྤྲོ་བ་མང་ན་མི་ཁད་ཁང་བུར་འབུམ། ། རང་ལུགས་མ་བསྐྱབ་  
གཞན་ལུགས་མི་དགག་ལ། ། ལུགས་མེད་ལུགས་རྩི་རྟོན་པོའི་བརྟུལ་ཁྱུགས་  
གྱིས། ། རེ་ཞིག་ལྷག་པར་ཞོག་དང་དེ་ནས་གསལ། ། མ་བཅོས་ལྷག་པ་གྲེན་

བའི་རང་གཏམ་ལྟར། བདུད་པའི་ཚོག་ལ་ཡིད་ཆེས་ཉམས་རྟེན་ན། ཡིན་  
 མིན་ངེས་ངེས་འདྲ་བའི་སྟོང་བཤད་བརྒྱ། ཡེ་ཤེས་རྩོམ་པར་འཆར་བའི་སྟོ་  
 མོ་ཆེ། འཛ་གྱིས་འགགས་པར་འཕྱིག་ཀྱང་ཚུད་ནས་མཆི། ཟུ་ལ་མ་འཆད་  
 དམ་ཚིག་ས་མ་ཡེ། རིག་འཛིན་བརྒྱད་པའི་རྩོམ་སྟེས་པའི་སྒྲུལ། ཡེ་ཤེས་  
 སྟོང་པོའི་མཛོད་དང་ལྷན་ན་ཡང་། རྣམ་ཤེས་ལས་རྒྱུད་བཞོན་པའི་ཕྱོགས་  
 བརྒྱད་ན། འད་འཐབ་འཆོ་བ་དུ་མས་མཐར་གྱིས་ཀྱང་། མི་འགྲུབ་སྟོ་བལ་  
 བདུད་གྱི་ཕོ་ཉམ་དགྱ། རིག་བ་ཡེ་ཤེས་བདེ་བའི་བྱོད་རྟེན་ན། ཕྱོགས་ལས་  
 རྣམ་པར་རྒྱལ་བའི་ལྟ་ཡིད་བང་། རང་སྟོན་བལྟ་བའི་མིག་སྟོང་དག་གིས་  
 བཀྲ། ཉེ་ཆོ་འཆད་ཚོད་ཚོམ་དང་བསྟན་འགྲོའི་དོན། འབད་མེད་རང་གིས་  
 བསྐྱབ་ལ་དཀའ་བ་མེད། རྩི་བཅུན་ཏུ་རེ་མ་དང་གྲི་ལ་ཡ། འུས་སྟུ་བར་  
 ཆད་གོགས་འཕྲང་སྟོལ་ལ་བརྟེན། ཉེ་བར་ཆེན་རྟ་སྐད་བཞད་པས་གཞན་སྟེ་  
 འདུལ། འཇམ་དཔལ་ཞི་ཁྲོའི་བཅུད་ལུས་ལྷགས་ལ་བསྟེམ། རེས་པར་སི་  
 ཏཱ་ཆཱྱ་ཀ་བསྟན་འཆོལ། རེ་འབྲས་མཐར་ཕྱིན་དོན་གཉིས་འགྲུབ་པར་འགྱུར།  
 གཞན་གང་ལ་འང་མི་བསྟན་པར་ཞུ། མཆོལ། ॥

༡༡། །བསྐྱེད་ཆོད་ཅོད་རིགས་སྤྱོད་པའི་  
སྒོ་འབྱེད་བཞུགས་སོ། །

དམར་སེར་ཉི་མ་འཆར་ཀའི་ལང་ཆོ་ཅན། །ཤེས་རབ་རལ་གྱིས་བདུད་དང་  
མོངས་མུན་འདལ། །དན་པས་རིགས་ལམ་སྤྱོད་པ་མེད་གཏི་སྒྲ། །སྒྲིག་པའི་  
དབལ་སྦྱེལ་ལྟ་མཆོག་དེ་ལ་འདུད། །ཡང་དག་ངེས་པའི་ཆོག་གི་སྒྲོན་མ་ལ། །  
བརྟེན་ནས་རིག་བྱེད་གྲུབ་མཐའ་རྒྱ་མཚོའི་དོན། །ལྟ་བའི་སྒོ་ལྟན་ནམས་ལ་  
ངག་གི་དབལ། །མ་ཞོར་འབྱེད་པའི་གདམས་པ་བསྟན་པར་བྱ། །དེ་ཡང་རྒྱལ་  
བའི་གསུང་རབ་རིན་པོ་ཆེའི་དགོངས་དོན་མ་ཞོར་བར་འཆད་ཅོད་ཅོད་མ་གསུམ་  
གྱི་སྒོ་ནས་གསལ་བར་བྱ་དགོས་ལ། །དེ་གསུམ་ཡང་ངེས་པའི་ཆོག་གི་ལམ་  
ལ་བརྟེན་པའི་བྱིར། །སྤྱོད་པ་ངག་གི་དོན་ལ་མཁས་ན་དམ་བཅའ་བ་དང་སྟན་  
འབྱེན་པའི་གནས་སྤྱོད་པ་ལ་ཐོགས་པ་མེད་པར་འགྱུར་བས་ན། །དེ་དག་གི་གནད་  
ཅི་རིགས་བསྐྱེད་ཏེ་དགོད་པ་ལ། །དང་པོ་བྱུང་མཐའི་རྣམ་བཞག་སོགས། །དངོས་  
པོ་འགག་པ་འགག་པ་མིན། །དངོས་པོ་མ་འགག་འགག་པ་ཡིན། །ཞེས་བརྗོད་  
ཆོད་དངོས་པོ་འགག་པ་དངོས་པོ་མིན་པས་དེ་འགག་པ་མེད་ལ། །དངོས་པོ་མ་  
འགག་པ་དངོས་པོ་ཡིན་པས། །དེ་འགག་ཅིས་བརྗོད་པ་བརྗོད་འདོད་ཀྱིས་ཡིན་  
ལ། །དེ་འགག་པ་འགག་པ་མིན། །མ་འགག་པ་འགག་པ་ཡིན་པར་ཁས་སྤྲང་



བཤང་མེད་དེ། འགག་པ་འགག་པ་མིན་ན་འགག་པའི་སྒྲུབ་སྒྲུབ་གཞུང་བྱ་མིན་  
ཞིང་། འགག་པ་མཚོན་བྱ་མིན་པར་འགྱུར་ཏེ། འགག་པ་དེ་མིན་ན་འགག་པ་  
མིན་པར་འགྱུར་རོ། །དངོས་པོ་འགག་པ་དངོས་པོ་འགག་པ་མིན། དངོས་པོ་  
མ་འགག་པ་དངོས་པོ་འགག་པ་ཡིན་ཞེས་སྒྲུབ་ཀྱང་དེ་དང་འདྲ་བ་བཞིན་ནོ། །

༡ དངོས་པོ་བུམ་སྒྱི་ཡིན་པ། བུམ་སྒྱི་དངོས་པོ་མིན་སྐབས། དངོས་པོ་  
ཤེས་བྱ་ཡིན་ཡང་ཤེས་བྱ་དངོས་པོ་མིན་པ་འདྲ་ལ། ཏྲག་པ་ཤེས་བྱ་ཡིན་ཡང་།  
ཤེས་བྱ་ཏྲག་པ་ཡིན་པར་ཁས་ལེན་དགོས། དེ་ལྟ་ན་ཤེས་བྱ་ཏྲག་པ་ཡིན་པར་  
ཁས་ལེན་མི་རུང་ངོ་། །བུམ་སྒྱི་བུམ་སྒྱི་མིན་ན། བུམ་སྒྱི་འཛིན་སྒྲུབ་པའི་  
ཡུལ་མེད་པར་ཐལ། བུམ་སྒྱི་བུམ་སྒྱི་མིན་པའི་ཕྱིར། བུམ་སྒྱི་མིན་པར་བུམ་  
སྒྱི་འཛིན་སྒྲུབ་ཀྱི་འཛིན་སྒྲུབ་ཀྱི་མིན་ན། བུམ་སྒྱི་མ་ཡིན་པ་ཆོས་ཅན། བུམ་སྒྱི་མ་ཡིན་  
པར་ཐལ། བུམ་སྒྱི་མ་ཡིན་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཏྲག་སྐབས་དོན་གསུམ་འདྲ་ཡང་།  
ཆོས་ཅན། ཐལ། ཕྱིར་ཞེས་པའི་ཆོས་སྒྲུབ་དོན་ཐ་དད་ཏུ་འགྱུར་རོ། །བུམ་  
སྒྱི་མ་ཡིན་པ་ཁོ་རང་བུམ་སྒྱི་མ་ཡིན་པ་ཡིན་ནམ་མིན། ཡིན་ན་བུམ་སྒྱི་མིན་  
པར་ཁས་སྤང་ངོ་། །མིན་ན། བུམ་སྒྱི་མིན་པ་མིན་ན། དེ་བུམ་སྒྱི་མིན་པ་མིན་  
པས་དགག་གཉིས་རྣམས་མ་གོ་བས་བུམ་སྒྱི་ཡིན་པར་ཁས་སྤངས་ཀྱང་། བུམ་  
སྒྱི་བུམ་སྒྱི་ཡིན་སྐབས་ཞིབ་དབྱེད། གོང་ཏུ་ཡིན་པར་ཁས་སྤང་དང་འགལ་  
ཏེ། དེ་ལྟ་ན་བུམ་སྒྱི་མིན་པ་སྟེ། བུམ་སྒྱི་ཡིན་མིན་གཉིས། གཉིས་ཀར་ཁས་  
ལེན་དགོས་སོ། །འདི་ངེས། ཡང་བུམ་སྒྱི་དེ་བུམ་སྒྱི་ཡིན་པ་ལས་ལོག་པ་ལམ་

མལོག་པ་གང་ཡིན། དང་པོ་ལྟར་ན་སུམ་སྤྱི་སུམ་སྤྱི་མིན་པར་ཐས་སྤངས་སོ། །  
གཉིས་པ་ལྟར་ན་ཡིན་པར་ཐས་སྤངས་སོ། །དེ་ལྟར། སུམ་སྤྱི་མ་ཡིན་པ་དེ་  
ལོག་གམ་མ་ལོག། ལོག་ན་སུམ་སྤྱི་མིན་པར་ཐས་སྤངས་སོ། །རྟག་དངོས་གཉིས་  
ཀ་མིན་པ་སུམ་སྤྱི་ཡིན། རྟགས་འགྲིགས། ཀ་སུམ་གཉིས་ཀ་མིན་པ་འམ་ཡིན་  
པ་མི་སྤྱིད་ལ། ཡིན་པའི་སྤྱི་ཡིན། སུམ་པའི་སྤྱི་ཡིན་རྟགས་འགྲིགས་སོགས་  
དབྱད། ཡིན་པ་མི་སྤྱིད་པ་ཡིན་པར་སྤྱིད་པའི་ཤེས་བྱ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་སྤྱི་  
ཡིན་ལ་བྱེ་བྲག་ཀྱང་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱེ་བྲག་ཡིན་ཏེ། ཤེས་བྱའི་བྱེ་བྲག་ཡིན་  
པའི་ཕྱིར། ཡིན་སྤྱིད་མི་སྤྱིད་གཉིས་ཀ་ཤེས་བྱའི་བྱེ་བྲག་ཡིན་ལ། ཤེས་བྱ་ལ་  
དེ་གཉིས་ཀྱི་དབྱེ་བ་ཡོད་ན་དེ་མི་སྤྱིད་དོ། །སྤྱིད་ན་ཤེས་བྱ་ལ་ཡིན་སྤྱིད་མི་སྤྱིད།  
གཉིས་ཀ་ཡིན་པ་གསུམ་ཡོད་པར་འགྱུར་ཏེ། དང་པོ་སུམ་སོགས་ལྟ་བུ་གཉིས་  
གཉིས་པ་ཀ་སུམ་གཉིས་མིན་ལྟ་བུ། ཀ་སུམ་གཉིས་དེ་ཡིན་སྤྱིད་ཀྱང་ཡིན། མིན་  
པ་སྤྱིད་ཀྱང་ཡིན་པས་གསུམ། ཡང་ན་གཉིས་ཡིན་གྱི་ཐུར་འགྱུར་རོ། །དེ་  
འདྲའི་རྣམ་བཞག་འཆད་པས་ཅི་བྱ། ཀ་སུམ་གཉིས་མིན། སྤྱི་བྱེ་གཉིས་ཀ་  
ཡིན། སྤྱི་ཡིན་ཏེ། གསེར་ཀ་གསེར་སུམ་མིན་པའི་སྤྱི་ཡིན། རྟགས་འགྲིགས་  
གོ། །བྱེ་བྲག་ཡིན་ཏེ། དེའི་བྱེ་བྲག་ཡིན། རྟགས་འགྲིགས་ ཀ་སུམ་གཉིས་མིན་  
ཤེས་བྱ་ཡིན་ཏེ། ཡིན་མི་སྤྱིད་ཤེས་བྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མིན་ན་རང་མིན་ལྟོག་  
ཆོས་ཀྱང་མིན་པར་འགྱུར་ཏེ། ཀ་སུམ་གཉིས་མིན་དུ་མ་ཤེས་ན། རང་མིན་  
དང་མི་སྤྱིད་པར་ཡང་ཤེས་པར་མི་འགྱུར་རོ། །དོན་གྱི་དབང་དུ་བྱས་ཏེ་དངོས་

འགལ་བར་ན་མུང་གསུམ་མེད་པར་རྣམ་ཀྱན་ཁས་ལེན་དགོས་གྱི། ཆོག་གི་  
 བརྗོད་ཚུལ་བསམ་སྟེ་བརྗོད་ན་མུང་གསུམ་སྟོན་པར་འགྱུར་ཏེ། རྟག་པ་ཡིན་  
 བ་རྣམ་མཁའ་སྟོན་གསུམ། མིན་པ་བུམ་སྟོན་གསུམ། གཉིས་ཡིན་རྟག་པ་ཡིན་པ་རྟག་  
 བར་འདོད་པ་ལྟ་བུ། གཉིས་མིན་རྟག་དངོས་གཉིས་ཀ་རྟག་མིན་གྱི་རྟག་པར་  
 ཁས་ལེན་པ་བཞིན་ནོ། རྟག་པ་མིན་པ་དང་མི་རྟག་དོན་གཅིག་སྟེ། རྟག་པ་  
 མིན་ན་མི་རྟག་པ་ཡིན་པས་བྱུང་། མི་རྟག་པ་མིན་ན་རྟག་པ་ཡིན་པས་བྱུང་པ་  
 དུས་ཀྱན་ཁས་ལེན་ལ། མི་ལེན་ན་དངོས་འགལ་བར་ན་མུང་གསུམ་མེད་པར་  
 འགྱུར། དེ་ལྟར་ན། མི་རྟག་པ་ཡིན་ན་དངོས་པོ་ཡིན། དངོས་པོ་ཡིན་ན་མི་  
 རྟག་པ་ཡིན་པས་བྱུང་སྟེ། དངོས་པོ་མིན་པའི་མི་རྟག་པ་གཞན་མེད་དོ། །དེ་  
 ལྟར་ན་རྟག་དངོས་ཀྱི་གཞི་མཐུན་ཡོད་པར་འགྱུར་ཏེ། རྟག་པ་ཡིན། མི་རྟག་  
 པ་ཡིན་པ་སྟེ། རྟག་དངོས་ཀྱི་གཞི་མཐུན་ཡིན་པར་འགྱུར་རོ། རྟག་པ་མིན་  
 པ་རྟག་པ་མིན་ལ། རྟག་པ་ཡིན་ནོ། །མི་རྟག་པ་ཡིན་ན་རྟག་པ་མ་ཡིན་པས་  
 བྱུང་གྱུར། རྟག་པ་མིན་ན་མི་རྟག་པ་ཡིན་པས་མ་བྱུང་སྟེ། རྟག་པ་མིན་པ་  
 འདྲིལ་བེར་ན། ཡིན་ལོག་མིན་ལོག་གི་རྣམ་བཞག་འདིར་སྦྱར་ན། རྟག་པ་  
 མིན་ཡང་ལོག་པའང་མིན། རྟག་པའང་ཡིན་པ་ཡོད་པར་འགྱུར་ཏེ། རྟག་པ་  
 མ་ཡིན་པ་འདྲིལ་གོ། དེ་ལྟར་དེ་རྟག་པ་ཡིན་པ་ལས་ལོག་པའང་ཡིན། མ་ལོག་  
 པའང་ཡིན་པར་འགྱུར་རོ། །བཀྲ་ཤིས། བུམ་པའི་སྦྱི་མིན་དེ། བུམ་སྦྱི་ཡིན་  
 པ་ལས་ལོག་པ་ཡིན་པ་དང་མ་ལོག་པ་ཡང་ཡིན་པར་འགྱུར་ལ། དེ་ལྟར་དངོས་

འགལ་བར་ན་མུང་སུམ་ཡོད་པ་དང་། དངོས་འགལ་གྱི་གཞི་མཐུན་ཡོད་པར་  
ཁས་བླངས་བར་འགྱུར་རོ། ལྷིང་པོ་འདི་ཡིན། འདི་གལ་ཆེ། བཀྲ་ཤིས།

༥ ལྷང་བརྟག་བསྐྱེས་པའི་སྒོ་ནས་ཐ་སྟད་ཀུན། །བརྗོད་ཕྱིར་བརྗོད་ཚུལ་  
ཐ་སྟད་ནུམ་མང་ཡང་། །ལེགས་པར་བརྟག་ན་དོན་སྤྱོད་ན་རང་མཚན། །སོ་  
སོའི་འཇུག་ཡུལ་གོ་བའི་དབང་གིས་ཡིན། །ཆོག་དང་དོན་གྱི་འཇུག་ཚུལ་ཤན་  
ཕྱེད་ན། །རྒྱབ་དང་སུན་འབྱེན་སྒྲུ་ལ་མི་སྒྲོངས་ཤིང་། །ཆོག་ལ་བརྟེན་ནས་  
དོན་ལ་དཔྱོད་པ་ཡི། །ཁན་ས་ནུམ་ས་ཀུན་ལ་མ་ཁས་པའི་མཚོག་ཏུ་འགྱུར། །  
སུམ་པའི་སྤྱི་དང་གསེར་སུམ་གྱི་སྤྱི་ལ། །སྤྱི་བྱའི་རྟགས་འགྲིག་མི་འགྲིག་དཔྱོད། །  
འགྲིག་ན་སྤྱི་མིན་ན་ཁས་ལེན་འགལ་འོང་མི་འོང་དབྱུད། །ཤེས་བྱ་དང་འགལ་  
འབྲེལ་སྤྱི་སྐྱེས་པ་རྟགས་ཡོད་རྟག་པར་ཁས་ལེན་དགོས་པས་འདི་དག་འདུས་  
མ་བྱས་ཡིན་དགོས་ན། །འདུས་མ་བྱས། བཞིག་དུ་འདུ་ཟེར་ན། བརྟག་  
མིན་འགོག་པར་འདུ་སྟེ་བརྟགས་ཡོད་རྟག་པར་བཞག་པ་དེ་དག་ཆོས་མིན་ཡང་  
རྟེན་ཅིག་མ་ཡིན་ཏེ། །དངོས་པོར་ཡོད་པའམ་རྗེས་ཡོད་མིན་པས། །དེ་དག་  
རྗེས་གྱིང་པོས་སྤྱོད་འགག་གམ། །རྗེས་ཡོད་རང་བཞིན་གྱིས་ཁེགས་པ་ཡིན་  
ནམ་སྟམ། །སུམ་པ་སུམ་སྤྱི་མིན་སྐྱེས་ས། །སུམ་པ་དང་སུམ་པའི་བྱུང་པར་སྐྱར་  
ཏེ་བསྐྱེད་པ་ཐམས་ཅད་སུམ་པ་ཅུང་མིན་ལ་སུམ་པ་དངོས་པོ་ཡིན། །མི་རྟག་པ་  
ཡིན། །སུམ་པ་དང་ཐ་མི་དད་པ་ཡིན་སྐྱེས་ས། །རོ་བོ་དེའི་རང་བཞིན་ཡིན་པ་དུ་  
མ་ཡོད་པར་སྐྱེད་གོས་ལ། །སུམ་པ་སུམ་སྤྱི་མིན་སྐྱེས་སྐྱས་བརྗོད་པ་ཐམས་



ལྷ་རྩ་དངོས་པོ་སྤྱིར་བཟུང་སྟེ་བྱེ་བྲག་དམིགས་མ་བྱེ་བར་བརྗོད་པ་དང་། བྱེ་  
བྲག་དམིགས་སུ་བཟུང་ན་བུམ་པ་འདི་དངོས་པོ་ཡིན། འདས་པའི་བུམ་པར་  
དམིགས་ཏེ་བུམ་པ་འགགས་སོ་ཟེར་བ་བཞིན་ནོ། །མི་ལ་སྟེ་བ་ཡོད་དམ་མེད་  
ཟེར་ན། ཡོད་ཅེས་ཁས་ལེན་ཏེ། མི་ལ་སྟེ་བ་སྤྱིར་བ་ཡིན་པ་སྟེ། རྣམ་ཀུན་ཡོད་  
ཅེས་བྱ། མི་ཡིན་ན་སྟེ་བ་ཡོད་པས་མ་བྱུབ། མི་སྤྱིར་བ་ནི་མེད་པར་ཁས་སྤང་  
སྟེ། རི་བོང་ལ་རྩ་དང་། རུས་སྤུལ་ལ་སྤྱ། མོ་གཤམ་ལ་བྱ་བཞིན་ནོ། །སངས་  
རྒྱས་ལ་འཇུག་ཡོད་དེ་བཞིན་ནོ། །ཁྱེད་ཀྱི་ཐ་ལུལ་མོ་གཤམ་བུའི་གྲོང་ཁྱེར་  
འདྲ་ཟེར་ནས་ཐལ་བ་འཕེན་པ་ལ། ཅིའི་ཕྱིར། ཞེས་དྲི། ཁྱེད་ཀྱིས་ཐ་སྙད་  
བདེན་པ་དོན་དཔྱད་ཀྱིས་དགག་བྱར་འདོད་པའི་ཕྱིར་ཞེན། བུམ་པ་ཆོས་ཅན།  
དོན་དཔྱད་ཀྱིས་དམིགས་མ་དམིགས་གང་རུང་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ལྷ་རྩ་འདོད་  
དགོས་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན་གང་ཡིན་དམིགས་པ་ཡིན་ན། བུམ་པ་དོན་དམ་  
པར་ཡོད་པར་ཐལ། རྟགས་དེའི་ཕྱིར། རྩབ་པ་གྲུབ་སྟེ། དོན་དཔྱད་ཀྱིས་མ་  
དམིགས་ན་དོན་དམ་པར་མེད་པ་དང་། དམིགས་ན་ཡོད་པས་རྩབ་པའི་ཕྱིར།  
རྩབ་པ་མེད་ན་དོན་དམ་པར་ཡོད་མེད་དུ་འཛོགས་པའི་རྒྱུ་མཚན་མེད་པར་འགྱུར་  
ཏེ། དོན་དཔྱད་ཆོད་མས་དོན་དམ་པར་ཡོད་མེད་འབྱེད་དགོས་པའི་ཕྱིར། མ་  
དམིགས་ན། བུམ་པ་ཆོས་ཅན། དོན་དཔྱད་ཀྱིས་མི་ཁེགས་པ་མ་ཡིན་པར་  
ཐལ། དེས་མ་དམིགས་པའི་ཕྱིར། དཔེར་ན་བདེན་གྲུབ་བཞིན། ཡང་བདེན་  
གྲུབ་རྣམ་བཙད་ལ་ཁེགས་པས་བདེན་མེད་ཡོངས་གཙོད་དུ་གྲུབ་པ་དེ་དོན་དཔྱད་

གྱིས་དམིགས་པ་ཡིན་པར་ཐལ། རོན་དཔྱོད་གྱིས་བདེན་མེད་ཡིན་པར་རྟེན་  
 པའམ་དམིགས་པ་ཡིན་པའི་བྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ་ན། རང་བཞིན་མེད་པ་  
 ལོག་ན་རང་བཞིན་རྟེན་མེད་པའང་མ་ཡིན་པར་འགྱུར་རོ། །མདོར་ན་རོན་དཔྱོད་  
 གྱིས། དམིགས་པ་དང་མ་དམིགས་པ་གང་རུང་ཡིན་དགོས་པ་ལ། དམིགས་  
 བ་རོན་དམ་པར་ཡོད་པ་དང་། མ་དམིགས་ན་མེད་པའི་ཐ་སྙད་བྱ་དགོས་ཀྱི།  
 དམིགས་པའང་མ་ཡིན། མི་དམིགས་པའང་མིན་ན། དགག་པ་གཉིས་གྱིས་  
 རྣལ་མ་གོ་བའི་དམ་བཅའ་ཉམས་པར་འགྱུར་རོ། །དེ་བཞིན་རྟེན་ཐ་སྙད་དཔྱོད་  
 པའི་ཚད་མས། ལུས་པ་ཡོད་པར་དམིགས་ན། ལུས་པ་ཡོད་པར་ཡོངས་གཙོ་  
 རྟེན་ཐ་སྙད་པས། ལུས་མེད་རྣམ་བཅད་ལ་ཁེགས། དེ་བཞིན་ལུས་པ་ཡིན་པར་  
 གྲུབ་ན། མ་ཡིན་པ་ཁེགས། དགག་པ་བཞི་པོ་ལའང་། ལུས་མེད་གྲུབ་ན། ལུས་  
 ཡོད་ཁེགས་སོགས་ཡིན་པས། བདེན་མེད་རོན་དཔྱོད་གྱིས་དམིགས་ན་རོན་  
 དམ་པར་ཡོད་པར་ཐལ་ཏེ། དེ་ལྟ་ན་ལུས་པ་བདེན་གྲུབ་རྒྱུ་ལང་འགྱུར་ཏེ། རོན་  
 དམ་པར་ཡོད་པ་དང་། བདེན་གྲུབ་རོན་གཅིག་ཡིན་པའི་བྱིར། མི་གཅིག་ན་  
 བྱུང་བརྗོད་ཅིག་ཡང་སྒྱུར། རོན་ཀྱིན་གཉིས་ཀྱི་ཚད་མས་དམིགས་ན་ཡོད།  
 མ་དམིགས་ན་མེད་པའི་དམ་བཅའ་སྟོན་རྟེན་མས། དེ་ལྟ་ན། རོན་དཔྱོད་  
 ཚད་མས་རྟེན་རོན་བདེན་མེད་ཡིན་དགོས་ན། བདེན་མེད་རོན་དམ་པར་ཡོད་  
 པས་བདེན་གྲུབ་རྟེན་ལས་ལེན་དགོས་སོ། །བདེན་མེད་ལའང་བདེན་གྲུབ་རོན་  
 དཔྱོད་གྱིས་ཁེགས་ཀྱི། བདེན་མེད་མི་འགོག་ ལུས་པ་ལའང་བདེན་གྲུབ་རོན་

དཔྱོད་ཀྱིས་འགོག་གི། ལུས་པ་མི་འགོག་ དེ་ལྟ་ན། བདེན་གྲུབ་ལའང་བདེན་  
གྲུབ་མེད་པའི་བདེན་གྲུབ་ཡོད་ཅེས་རིགས་ཏེ། ལུས་པ་དང་བདེན་མེད། ལུས་  
པ་དང་བདེན་མེད་ཉིད་དུ་བདེན་པར་གྲུབ་པའི་བྱིར། མ་གྲུབ་ན་ལུས་པ་དང་  
བདེན་མེད་མི་འགྲུབ་པར་འགྱུར་ཏེ། ལུས་པ་ལུས་པ་མིན་པ་མི་སྤྱིད་པའི་བྱིར།  
མེད་ལྔ་བ་བཅུ་ཆོས་བཅུ་དགུ་ལ་མཚར་དུན།

༥ དོན་དཔྱོད་ཀྱིས་མི་དགག་རྒྱུའི་ཐ་སྙད་ལུས་པ་དེ་དོན་དམ་པར་ཡོད་  
དམ་མེད། མེད་ན་མི་ལེགས་པ་མིན་ལ། ཡོད་ན་བདེན་གྲུབ་ཏུ་འགྱུར་རོ། །དེ་  
མེད་པའི་རྒྱ་མཚོན་དོན་དཔྱོད་ཚད་མས་མ་དམིགས་པ་ཡིན་ནམ་མིན། ཡིན་  
ན་ལེགས་པར་འགྱུར། མིན་ན་དོན་དམ་པར་མེད་པའི་རྒྱ་མཚོན་ཅི་ཡིན། མ་  
ལེགས་པར་དོན་དམ་པར་མེད་ན་དོན་དཔྱོད་མི་དགོས་པར་འགྱུར་རོ། །ཚད་  
མས་དམིགས་པའང་དེ་དང་འདྲ་སྟེ། ཡོད་མེད་གང་རུང་དུ་ཁས་ལེན་བ་ལྟར་  
ཡོད་མེད་དུ་འཛོག་བྱེད་ཚད་མས་དམིགས་མ་དམིགས་ཀྱང་དེ་འདྲའོ། །ཐ་སྙད་  
ཀྱི་ལུས་པ་དོན་དཔྱོད་ཀྱི་དབྱུང་ཡུལ་མིན་ཟེར་ན། དེ་དེས་ལེགས་པ་མིན། མ་  
ལེགས་པ་མིན་ཟེར་རམ། ཅིའི་བྱིར་དབྱུང་ཡུལ་མིན། རི་ལྟར་སྤང་ཞིང་བརྟགས་  
པའི་ཆོས་སྤོའི་ཡུལ་དུ་བྱར་རུང་ཐམས་ཅད་ལ། དེ་གནས་ལུགས་སུ་གྲུབ་མ་  
གྲུབ་དབྱུང་རུང་བའི་བྱིར། མི་རུང་ན་བདེན་གྲུབ་ཀྱང་དབྱུང་ཡུལ་མིན་པར་  
འགྱུར་ཏེ་ལུས་པ་ལས་ཡན་གར་བའི་བདེན་གྲུབ་མེད་དབྱུང་ཡུལ་དུ་འགྱུར་ཞིང་།  
རྣམས་ཡོད་ལུས་པ་དབྱུང་ཡུལ་མིན་པ་ལ་མཚན་ཆེའོ། །བདེན་གྲུབ་ཡན་གར་





རྒྱུན་གསུམ་རྒྱ་ཡིན་པ་ཚོགས་དགོས་ཀྱང་། ཚོགས་པའི་སྐད་ཅིག་དེར་ཤེས་  
པ་ཡུལ་གྱི་རྣམ་ལྟན་དུ་སྒྲེ། ཡུལ་ད་ལྟ་བུ་རྣམ་པ་མི་གཏོང་ན། འདས་འོངས་  
ལ་གཏོད་ལུས་མེད་དོ། །མེས་ལ་གི་རེག་བྱ་དེ་དང་ཡུས་སྤང་པའི་དུས་དེ་ཉིད་  
དུ་མ་སྒྲེ་ན། འགག་ནས་རེག་བྱ་ཉིད་མེད་པ་ཅི་ཞིག་ཚོར། དེས་ན་སྤང་བའི་  
ཡུལ་ད་ལྟ་བུ་ཡིན་དགོས་ལ། མཛོན་སུམ་ཐམས་ཅད་རང་མཚན་འཛིན་པ་ཡིན་  
པར་འདོད་དགོས་ཤིང་། རང་མཚན་ནི་ཡུལ་དུས་རྣམ་པ་མ་འདྲེས་པ་ཡིན་  
དགོས་པས། ཡུལ་ད་ལྟ་བུ་འཛིན་དགོས་ཀྱི། འདས་འོངས་ལ་འཛིན་དུ་མེད་  
དེ་རང་མཚན་མེད་པས་སོ། །དེས་ན་བྱེ་བྲག་རྗེ་ཅེར་དུ་འཛིན་པ་འདམ་བཟླ་ག་  
པའི་ཐོར་མི་འཐད་པ་མེད་མོད། ཡུལ་ནི་ཤེས་པའི་རྒྱ་ཡིན་ལ། རྒྱ་དེས་བྱུང་  
པར་དུ་བྱས་པ་མེད་ན་ཡུལ་མིན་ལ། ཡོད་ན་ཤེས་པ་ལ་དེའི་རྣམ་པར་ཤར་  
བ་ལས་འོས་མེད་པས་ཤེས་པའི་རྣམ་པར་དབྱེད་ན་འཐད་དམ་སྟུམ། མེ་ལུག་  
ལྷ་བ་བདུན་ཚེས་བཙོ་ལྟ་ལོ། །དགོ། །

ཤེས་པ་རྒྱུན་བཞི་སྟེ། མིག་ཤེས་སྟོན་པོའི་རྣམ་ལྟན་དུ་སྒྲེ་བ་ལ། ད་ལྟ་བའི་  
མེའྲིག་སྟོན་པོ་ལྟ་བུ་དམིགས་རྒྱུན། ད་ལྟ་བའི་མིག་དབང་བདག་རྒྱུན། ད་  
ལྟ་བའི་ཤེས་པའི་སྟོན་དུ་བྱུང་བའི་ཤེས་པ་དེ་མ་ཐག་རྒྱུན། དེ་གསུམ་ཚོགས་པ་  
རྒྱ་རྒྱུན་བཞི་ལས་སྒྲེ་བ་ཡིན་ཏེ། ཡུལ་དབང་ཤེས་གསུམ་ཚོགས་པའི་དུས་དེ་  
ཉིད་དུ་སྟོ་འཛིན་མིག་ཤེས་སྒྲེ་སྟེ་གཟུགས་དང་གཟུགས་བརྟན་བཞིན། དེས་  
ན་རྣམ་པའི་ལག་ན་ཡུལ་ད་ལྟ་ཡོད་དེ། ཤེས་པས་ཡུལ་ཐུག་སྤང་དུ་འཛིན་མི་

མིང་པས་སོ། །གཞུགས་ད་ལྟ་བུ། མེ་ལོང་ད་ལྟ་བུ་ཆོགས་པའི་དུས་དེ་ཉིད་  
 དུ་གཞུགས་བརྟན་སྣང་སྟེ། དེ་ལ་ཉེར་ལེན་རང་གི་རིགས་འདྲའི་རྒྱན་ནི་མེད་  
 རོ། །དེ་ཡང་གྲོག་གི་གཞུགས་བརྟན་མེ་ལོང་ལ་ཤར་བཞིན། གྲོག་ཡོད་ཆོ་  
 གཞུགས་བརྟན་སྣང་རུང་གི་འགག་ནས་ག་ལ་ཡོད། རིགས་འདྲའི་རྣམས་  
 རྒྱན་ཅུམས་སྐད་ཅིག་མ་ཡིན་པས་སྡུ་མ་སྡུ་མ་རྒྱུ་དང་། བྱི་མ་བྱི་མ་འབྲས་ལུ་  
 ཡིན་ཏེ་དུས་མཉམ་མི་མི། དངོས་པོ་གང་དག་ལྟ་བུ་ཅིག་འབྱུང་རྒྱུ་རྒྱུ་དང་  
 རྒྱུ་ཅན་དུ་སྐྱུར་བ་ཐམས་ཅད་དུས་མཉམ་ལ། དེ་སྤང་བའི་ཁྱད་པར་གྱི་འབྲས་  
 ལུ་ཅུམས་ཀྱང་རྒྱུ་དེ་དང་དུས་མཉམ་དུ་ཡོད་རུང་། དུས་མཉམ་པ་ལ་རྒྱུ་འབྲས་  
 མེད་སྟུམ་ན། ཡོད་དེ། ཉེར་ལེན་གྱི་རྒྱ་མེད་ཀྱང་བྱེད་པ་ཁྱད་པར་དུ་སྐྱུར་བའི་  
 མེད་ན་མི་འབྱུང་བའི་རྒྱུ་འབྲས་ཡོད་པའི་བྱིར་རོ། །འདི་གལ་ཆེ་འདྲ། ཉེར་  
 ལེན་གྱི་རྒྱུ་དེ་དབང་དུ་བྱས་ན། རྒྱུ་འབྲས་དུས་མཉམ་མེད་དེ། ཐོ་བའི་རྒྱན་  
 གྱི་སྐད་ཅིག་ཅུམ་བུམ་པར་མི་ལྟོས། ལུམ་པའི་རྒྱན་གྱི་སྐད་ཅིག་ཐོ་བར་མི་ལྟོས་  
 པར་ཡོད། ཆོན་དང་རས་གཞི་དེ་འདྲ་ཡང་ལུམ་པ་རིམ་ཅན་དང་། རས་ཆོན་  
 ཅན་རྒྱུ་དེ་རྒྱུ་རྒྱུ་ཅན་ལན་ཚུན་སྡུ་མ་ལས་ཁྱད་པར་ཅན་དུ་སྐྱུར་བའི་སྐད་ཅིག་  
 མའི་དུས་དེ་རྒྱུ་དང་རྒྱུ་ཅན་སྤང་བའི་དུས་དེར་འབྱུང་སྟེ། ལུམ་པ་ལག་པས་  
 བཟུང་བའི་གནས་སྐབས་བཞིན་ནོ། །འཁར་གཞིང་ད་ལྟ་བུས། རྒྱུ་ད་ལྟ་བུ་  
 བརྟེན་སོགས་ཐམས་ཅད་དེ་བཞིན་ནོ། །དེ་འདྲ་རྒྱུ་གསུམ་ཆོགས་པ་རྒྱུ་བྱས་  
 བས་ཤེས་པ་ཡུལ་གྱི་རྣམ་ལུན་དུ་སྒྲེལ་བའི་འབྲས་ལུག་ཉིས་སྡུ་ཡོད་པར་བཤད་

པ་ལྟ་བུ་ནི། རྒྱུན་གསུམ་ཚོགས་པ་ལམ་ཐུད་པའི་རྒྱ་དེ་ཉིད་ཀྱི་ལྷ་ལོགས་  
དེ་མ་ཐག་ཏུ་བྱུང་བའི་ཉེར་ལེན་གྱི་དངོས་རྒྱ་ལུས་པ་ཐོགས་མེད་ལ་གོ་དགོས་  
སྟུང་། ལྷ་དང་ལུས་དང་ཆ་གང་ཐུད་པ་ལང་དེ་འབྲེལ་སྟུང་། ཐུད་དང་ལུས་མེད་  
འགག་པ་སྟེ། རྒྱ་དེ་ལ་གསུམ་པར་དོན་འགལ་ལྷོག་ །གསུངས། འགལ་  
ཞིག་ཏུ་རྒྱ་ཚོགས་པའི་ཆ་དང་རྒྱ་རྒྱུན་གྱི་དབང་དུ་བྱས་པ་སྟེ། དུས་མཐའི་  
རྒྱ་དེ་ལ་དང་རྒྱལ་ཐ་རབ་ལྟ་བུའི་ཆ་ཐ་བའི་དབང་དུ་བྱས་ན། འགལ་བ་རྒྱ་  
ཅིག་དུ་མ་ལྟ་བུ་ཅིག་མི་གནས་ཏེ། ལྷ་དང་ལུས་གཉིས་དང་པོ་ཐུད་དུས་ལྷ་དང་ལུས་  
གཉིས་མཉམ་དུ་མཐོང་དགོས་ན་དེ་མི་སྟོན། ཅམ་ལང་བའི་དུས་ཀྱི་ཁང་ནང་  
ལྷ་དང་ལྷ་དང་བ་སྐྱེ་འོད་དེ་བ་ཡང་ཡོད་ན་ལུས་པ་ཐ་བ་འི་བཞེན་མི་མཐོང་བ་ཡོད་  
པ་ལྟ་བུ་ནི་ལྷ་དང་རྒྱལ་ཉུང་ལ་ལུས་དུལ་མང་བའི་ཕྱིར་རྒྱ་ཀྱི་ཆ་ནས་བཞག་པ་  
དང་། རིམ་བཤད་དང་བའང་ལྷ་དང་རྒྱལ་འཇམ་མོང་བའི་རྒྱུན་གྱི་དབང་གིས་ཡིན་  
འདྲ། སྟོ་འགལ་ལྟ་བུ་ཅིག་ཐུད་པ་མེད་པ་ལྟ་བུ་ཅིག་མི་གནས་གསུང་། དེ་ཡང་  
བདག་མེད་ལས་ཆེ་སྟུང་པ་ཐོགས་སྟོ་རྗེ་གསལ་ལོག་གེས་རྗེ་ཆུང་རྗེ་མེད་དང་  
འགལ་བ་དེ་དག་རང་རང་དོས་སྐལ་གྱི་འགལ་ལྷ་འཕོག་ལུས་ཀྱི་རང་ལས་ཆེ་  
བ་མིན་ནོ། །ཡང་དག་དབྱེད་ན་ཐུད་པ་མི་སྟོན་ལ་མ་ཐུད་པར་འཕོག་པ་ལང་  
མི་སྟོན་ཡོད། འགལ་ལྷས་འགལ་ལྷ་ཞིགས་པ་ཐ་སྟོན་དུ་ཡོད་དེ་སྟེ་འགག་  
ལ་དབྱེད་པ་བཞེན་ནོ། །ཐུད་ནས་འཕོག་ཀྱང་ཐུད་པའི་དུས་དེ་ཉིད་དུ་གཅིག་  
སྟེ་གཅིག་འགག་པའི་བྱ་བ་བྱེད་དོ། །འོ་ན་མེད་དང་གང་རིག་ལྷ་དང་ལུས་གཉིས་

གཡོང་ནས་ཕྱད་དགོས་དེའི་ཆོ་གཅིག་ཤོས་མ་འགག་ལ་དེའི་རྗེས་སུ་འགག་  
 བ་ཆ་མཉམ། ས་བོན་འགག་བ་དང་མུ་ཁུ་སྐྱེ་བ་དབྱེད་ན་དུས་མི་མཉམ་གྱང་།  
 དེའི་མཚམས་ཟིན་མི་རྣམ་ཏེ། ཡང་དག་པར་འགག་ནས་སྐྱེ་བ་འང་མིན་ཏེ།  
 འགག་ནས་སྐྱེ་རྣམ་མེད་དོ། །དེས་ན་དོན་དམ་དུག་པས་དབྱེད་བཟོད་མེད་  
 གྱང་། སྐྱེ་འགག་གི་ཐ་སྟངས་གཞོན་མེད་དུ་མཐོང་བ་ལ། སྐྱེ་ཕྱི་མིན་བ་ལ་དུས་  
 མཉམ་ཟེར་རམ། དེ་ལྟ་ན་ས་སྐྱུ་ག་ལ་འང་མཚུངས་པས། དངོས་པོ་མི་འགལ་  
 བ་རྒྱ་འབྲས་ལྟ་བུ་དུས་མི་མཉམ་པར་རྒྱན་པེ་སྐྱེ་རུང་། འགལ་བ་ལ་དངོས་  
 རྒྱ་ཚང་བའི་སྐྱབས་སུ་འགལ་བ་གཉིས་ཀ་ཕྱད་མཉམ་ཆོག་ས་པའི་ཐ་སྟངས་བྱས་  
 བས། དངོས་སུ་ཕྱད་དུས་གཉིས་ཀ་འགག་བ་མེ་རྒྱ་སྟོབས་མཉམ་ལྟ་བུ་འཇམ།  
 སྟོབས་ལྡན་གྱིས་གཅིག་ཤོས་གསོད་པ་ཁས་ལེན་ནམ། ཞིབ་ཏུ་དབྱེད་དགོས།  
 ཏ་ཏ། ཁ་དོག་ཡིན་ན་དཀར་པོ་ཡིན་པ། མིན་པ། གཉིས་ཡིན། གཉིས་མིན་  
 གང་ཡང་ཁས་སྲུང་མི་རུང་སྟེ། སྐྱ་དང་པོ་འདོད་ན། བསྐྱེད་རྣམས་ཁ་དོག་དཀར་  
 པོ་ཡིན་པ་དང་གཉིས་པར་དུང་དཀར་པོ་དཀར་པོ་མིན་པར་ཁས་ལེན་དགོས་  
 པ་དང་། དེ་གཉིས་ཡིན། དེ་གཉིས་མིན་མིན་པ་བཞིན་ནོ། །དུང་གི་ཁ་དོག་  
 ཆོས་ཅན། དཀར་པོ་ཡིན་པར་ཁས་སྲུང་མི་རུང་བར་ཐལ། ཁ་དོག་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར། ཁུབ་པ་ཁས། འདོད་ན་དམ་བཅའ་ལ་མཛོན་སུ་ཚད་མས་བསལ་བ་  
 འཇུག་གོ། ཁོ་ན་སྐྱ་དང་པོ་ཁས་སྲུང་ན། བད་རག་དཀར་པོ་ཡིན་པ། གཉིས་  
 པར་དུང་དཀར་པོ་མིན་པར་ཐལ་ནའང་། དུང་དཀར་པོར་ཁས་སྲུང་དགོས་

པ་འདི། ཁ་དོག་ཡིན་ན་ཞེས་སྒྲིམ་པ་ས། ཁ་དོག་ཡིན་ཆད་གྱི་དོན་བསྒྲིམ་པ་འི་  
ཕྱིར་གོ་ལ། རུང་གི་ཁ་དོག་སྒྲིམ་ཆེ་ཁ་དོག་གི་བྱེ་བྲག་རུང་གི་ཁ་དོག་དམིགས་  
གྱིས་འཛིན་པ། རྟག་བྱུང་ཆོག་ལ་བྱུང་མེད་ཀྱང་ཁས་ལེན་དངོས་འགལ་དུ་  
མི་འགྱུར་བར་འདོད་དགོས། ཁ་དོག་ཡིན་ན་མདོག་རུང་ཡིན། ཁ་དོག་ཡིན།  
གཟུགས་ཡིན། མིག་ཤེས་གྱིས་རྟོགས་བྱ་ཡིན། མི་རྟག་པ་ཡིན་སོགས་ཁས་  
ལེན། དཀར་པོ་ཡིན་མིན་གང་ཡང་མིན་པའི་ཁ་དོག་ཁས་ལེན་རིགས་པར་  
འདོད་པའི་ཕྱིར་འདོད་ན། ཁ་དོག་ཡིན་ན་དཀར་པོ་ཡིན་པ་དང་མིན་པ་གང་  
རུང་ཡིན་དགོས་པར་ཐལ། དེ་གཉིས་དངོས་འགལ་གྱི་བར་ན་ལུང་སུམ་མེད་  
པ་ས། དེ་གཉིས་གང་རུང་དུ་ཁས་མ་སྤྲང་ན། དེ་གཉིས་གང་ཡང་མིན་པའི་ཁ་  
དོག་འཛིན་དགོས་ན་དེ་མི་མྱིད་པའི་ཕྱིར། ཁ་དོག་རྣམས་སྤྱི་ལ། རང་ལྟོག་ནས་  
བསམ་ན་ཁ་དོག་མིན། ཁ་དོག་གི་ལྟོག་པ་ཡིན་པ་ས། དེ་ལྟར་ན་ཁ་དོག་ཁ་  
དོག་མིན། མདོག་རུང་མིན། མི་རྟག་པ་མིན་སོགས་སྤྱུ་ཁས་ལེན་དགོས། དེས་  
ན་དེ་ལ་འང་སྤྱི་ཕྱི་འཁས་ལེན་ཚུལ་འགལ་བ་འོང་། དམ་བཅའི་འགོ་ཚུལ་འདིས་  
ཤེས་བྱ་ཡིན་ན་རྟག་མི་རྟག་ཟུ་བཞེ་ཁས་མི་ལེན། མི་ཡིན་ན། པོ་མོ་མ་ཁེང་  
གང་རུང་དུ་ཁས་མི་ལེན་པ་སོགས་ཐམས་ཅད་རིགས་འགྲེ་སྟེ། སྤྱི་བརྗོད་ཀྱང་།  
སྤྱི་རྒྱུད་བརྗོད་བྱ་ཡིན་ལ། བྱེ་བྲག་བརྗོད་ཀྱང་སྤྱི་བརྗོད་བྱར་མི་སྤྱོད་པ་སོགས་  
སྤྱི་རང་འདྲེས་པའི་གོ་ཚུལ་གཏད་སོ་མེད་པར་གར་བབ་གྱི་ཁས་ལེན་ཡིན། དེ་  
བཞིན་ཡིན་ལོག་རྒྱ་འབྲས་སོགས་ཐམས་ཅད་ལ་ཤན་ཕྱེ་རྒྱ་ཡོད་པ་ཞིབ་ཏུ་སྟོ་

བར་བྱ་སྟེ། སྒྲུབ་གཅིག་གིས་གཞལ་ནས་རིགས་འགྲེལ་འཕེལ་བྱེད། །བསྐྱེད་  
 ཆོས་སྒྲོལ། ཤེས་བྱ་ཆོས་ཅན། ཁ་དོག་ཡིན་ན་དཀར་པོ་ཡིན་པས་མ་ཁྲལ་བར་  
 ཐལ། ཁ་དོག་དམར་པོ་ཡོད་པའི་བྱིར། ཞེས་འཕེན། འདོད་ན། ཆོས་དྲུང་  
 དཀར་པོའི་ཁ་དོག་ཆོས་ཅན། དཀར་པོ་ཡིན་པས་མ་ཁྲལ་བར་ཐལ། འདོད་  
 པའི་བྱིར། འདོད་ན། དེ་དཀར་པོ་ཡིན་པས་ཁྲལ་བར་ཐལ། དཀར་པོ་ཡིན་  
 པའི་བྱིར། འདིའི་སྐབས་སྟེ། སྒྲུབ་ཁ་དོག་ཡིན་ན་དཀར་པོ་ཡིན་པས་མ་ཁྲལ་  
 བར་ཁས་སྤང་བ་རྟགས་སྟེ་བཀོད་ནས། ཆོས་དྲུང་དཀར་པོའི་ཁ་དོག་ཆོས་  
 ཅན་དུ་བྱས་ཆེ་རྟགས་ཁྲལ་ཆད་མས་གྲུབ་ཀྱང་། འདོད་ལན་མི་ཐེབ་སྟེ། དྲུང་  
 དཀར་པོའི་ཁ་དོག་དཀར་པོ་མིན་པར་བསྟོན་འདིར་དུ་མེད་པས་འཁོར་གསུམ་  
 སོགས་ཏེ། དམ་བཅའ་སྡུ་བྱི་འགལ་བ་ལྟར་སྤང་ཡང་མི་འགལ་ཏེ། ཁས་སྤང་  
 དང་པོའི་སྐབས་སྟེ། ཁ་དོག་ཡིན་པ་ཅམ་ལས་བྱེ་བྲག་གི་དམིགས་མ་བཟུང་།  
 བྱི་མའི་སྐབས་སྟེ་དྲུང་དཀར་པོའི་ཁ་དོག་དམིགས་སྟེ་བཟུང་བས་འདིའི་ཁྲལ་  
 པ་མི་འགལ་ཏེ། སྒྲུབ་གྱི་ཁ་དོག་ཡིན་ན་ཞེས་པ་ཁ་དོག་གི་སྒྱིར་སྟེག་ འདིའི་  
 ཁ་དོག་ཡིན་པའི་བྱིར་ཞེས་པ་དྲུང་གི་ཁ་དོག་ལ་གོ་བས། བཀོད་ཆོད་ལ་འགལ་  
 ཏེ་ཆོག་མཚུངས་ཀྱང་སོང་ཆོད་ཀྱི་ཁས་ལེན་མི་འགལ་ཏེ། ཁ་དོག་ཡིན་ཞེས་  
 པ་སྒྱི་དང་བྱེ་བྲག་གི་དོན་དུ་སོང་། ཁ་ཅིག་གིས། དྲུང་གི་ཁ་དོག་དཀར་པོ་  
 ཡིན་པར་ཁས་སྤང་བྱེད་སྟེ། ཁ་དོག་ཡིན་དཀར་པོ་ཡིན་པར་ཁས་མ་སྤང་ཡང་།  
 མིན་པར་ཡང་ཁས་མ་སྤང་བའི་བྱིར། འདིར་དཀར་པོ་ཡིན་པར་ཁས་ལེན་

རུང་ཟེར་བ་གྱི་ན་སྟེ། རུང་གི་ཁ་དོག་ཆོས་ཅན། དཀར་པོ་ཡིན་པ་དང་མིན་པ་  
གང་དུ་འང་ཁས་མི་ལེན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན་ཤེས་བྱ་རྟག་  
མི་རྟག་སོགས་དེའི་རིགས་འགྲེས་ཏེ་ཁས་ལེན་ཅི་ཡང་མི་རུང་བར་འགྱུར་རོ། །  
དེས་ན་སོང་བཀོད་ཀྱི་ཁས་ལེན་འགོ་ལུགས་འདི་དག་སྒྲིམ་སྤྱིའི་ཞེ་འདོད་ཀྱིས་  
དེ་ལྟར་སྒྱུར་བ་མིན་ཡང་། ཆོག་བརྗོད་པ་རང་གི་བབ་ཀྱིས་དེ་ལྟར་ཁས་ལེན་  
བྱ་དགོས་པ་ཡིན་ནོ། །མི་ཡིན་ན། གོ་མོ་མ་ནིང་གི་རྟེན་ཅན་གང་རུང་ཡིན་  
པར་ཁས་ལེན་དགོས་ཀྱང་། གང་རུང་རུང་ཟེར་ན་གསུམ་ཀར་ཁས་སྤང་རུང་  
བཤོ་བའི་ཆོག་སྒྲིན་ཅན་སྤང་རོ། །ཁ་དོག་གི་བྱེ་བྲག་དམིགས་བསལ་བ་དེའི་  
ཁ་དོག་ཅི་ཡིན་པ་དེ་ལྟར་འཛིན་ཏེ། ཁ་དོག་གི་བྱེ་བྲག་ཡིན་ཏེ་ཁ་དོག་མཐའ་  
དག་ཆང་ནའང་བྱེ་བྲག་ལས་མི་འདའ་ལོ། །དངོས་པོ་ཡིན་ན་དེའི་བྱེ་བྲག་གསུམ་  
པོ་གང་རུང་ཡིན་ཡང་། རེ་རེ་མིན། ཤེས་བྱ་ཡིན་ན་རྟག་མི་རྟག་གང་རུང་ཡིན་  
ཡང་རེ་རེ་མིན་སོགས་འགྲེ། ཀེས་མགོ་ཀ་བུམ་གཉིས་ཀ་ཀ་བ་མིན། བུམ་  
བ་མིན་ཟེར། འོན་གཉིས་ཀ་མིན་པར་ཁས་ལོངས། དེ་གཉིས་ཀ་བ་ཡང་མིན།  
བུམ་བ་ཡང་མིན་པའང་ཁས་ལེན་ཡང་། མི་ཡིན་ན་ཕོ་ཡིན་པར་ཁས་མི་ལེན།  
ཕོ་ཡིན་པར་མ་ནིང་གང་རུང་ཞེས་པའི་དམིགས་མ་བསལ་བས། མདུན་  
གྱི་དམ་བཅའ་བ་ཆོས་ཅན་དུ་བྱས་ན་ཕོར་ཁས་ལེན་པ་སོགས་སོ་སོར་བྱེ་སྟེ་རེ་  
རེར་ཁས་ལེན་རུང་། སྤྱིའི་སྒྲུབས་སུ་རེ་རེར་ཁས་སྤང་ན་གཞན་ཁེགས་པར་  
འགྱུར། གོ་མོ་མ་ནིང་གང་ཡང་མིན་པའི་མི་མེད་ཅེས་ཁས་སྤང་དགོས། གཞུགས་



ཁམས་ལྟ་དང་། བསྐྱེད་པ་དང་པོ་མ་སྒྲུབ་ཀྱི་ཞེས་པའི་མིང་ལས་ཕོ་མོ་སོགས་  
 དབྱེ་བ་མེད་པས་སྒྲུབ་ཀྱི་སྟེ་ཕོར་བ་གང་དམ། མ་ཞིང་མིན་སོགས་སོ། ། འོ་ན་  
 མི་ཆོས་ཅན། ཕོ་མོ་མ་ཞིང་གང་ཡང་མིན་པར་ཐལ། དེ་གང་དུ་འདྲ་ཁས་ལེན་  
 མི་རིགས་པའི་ཕྱིར། ཏྲགས་གྲུབ་སྟེ། ཕོར་ཁས་མི་ལེན། མོར་མ་ཞིང་དུ་  
 ཁས་བྱུང་མི་རིགས་པའི་ཕྱིར་ཞེན། མི་ཞེས་པའི་སྐབས་སུ་ཕོ་མོ་མ་ཞིང་  
 དམིགས་མ་བྱེ་བར་མི་ཡིན་ཆོད་བརྒྱུད་པས་རེ་རེར་ཁས་མི་ལེན་ཡང་། མིའི་  
 རྟེན་གྱི་རང་མཆོད་ནི་དེ་གསུམ་གང་དུ་ཡིན་དགོས་ཀྱི། གསུམ་ཀ་ཡིན་པ་  
 དང་། གསུམ་ཀ་མིན་པ་མི་སྲིད་པའི་ཕྱིར། འོ་ན་གསུམ་པོ་དམིགས་མི་བྱེ་བར་  
 བསྐྱེད་པ་ནས་འཛིན་པའི་ཆོད་འདྲའི་མི་ཞེས་པའི་མིང་དོན་དེ་མི་ཡི་རྒྱས་སྒྱི་  
 ཡིན་པས། མི་རྒྱས་སྒྱི་ལ་དེ་མི་ཡིན་ལ། དེ་གསུམ་གང་ཡང་མིན་པར་དེ་གསུམ་  
 མིན་པའི་མི་ཡོད་པར་ཁས་ལེན་དགོས་སོ་སྐྱེམ་ན། མི་མི་ཡིན་ཞེས་པའི་སྐབས་  
 སུ་སྒྲུབ་ཤེས་དོན་གོའི་འགྲོ་བ་ལ་བསམ་ནས། དེ་ལྟར་ཁས་ལེན་དགོས་ཀྱང་།  
 མི་རྒྱས་སྒྱི་མ་ལ་བསམ་ན་མི་ཡི་སྒྲུབ་དོན་ཅུང་ཡིན་ལ། མི་མིན་བཅད་པའི་མི་  
 ཡི་ལྷོག་པ་འཕམ་གཞན་སེལ་ནི་དངོས་མེད་ཏྲག་པ་སྒྱི་མཆོད་ཡིན་པས། མི་ནི་  
 དེ་གསུམ་ལས་ལོག་སྟེ་དངོས་སོ། ། མི་ཏྲག་པ། རང་མཆོད་ཡིན་ལ། མི་ཡི་  
 ལྷོག་པ། མི་ཡིན་པར་མི་འགྱུར་རོ། ། མིའི་བྱེ་བྲག་རེ་རེ་ནས་མིན་པའི་མི་དེ་  
 ཡུལ་གང་ན་ཡོད། དུས་ནས་བྱུང་བ་རྫོང་ཅིང་། ཡུལ་དུས་གང་ཡིན་མི་ཤེས་  
 ན་མི་མེད་པར་ཐལ། ཡུལ་དུས་ཐམས་ཅད་ན་ཡོད་ན་ཁྱེད་སྒྲུབ་མྱོང་དམ་སོགས་

བརྗོད། དགོ་ལྷན་པ་དང་མིན་ཟེར་བ་ལའང་དེ་བརྗོད་ཅིང་། དེས་ན་སྐྱེས་བརྗོད་  
བྱ་བརྗོད་པ་ཐམས་ཅད་ལ་སྐྱེདོན་ཅམ་གྱི་གཞན་སེལ་གྱི་སྐྱོན་ས་བརྗོད་ཀྱི།  
རང་མཚན་དངོས་སུ་བརྗོད་པ་མི་སྲིད་མོད། མིང་དོན་བརྗོད་ཆོསྱི་མཚན་རྒྱུང་  
པ་ལ་མི་འཛིན་པར་སྱི་རང་འབྲེས་པའི་ཚུལ་གྱིས་ཐ་སྙད་བྱེད་དགོས་པ་གཞུང་  
སྱིའི་འགོ་ལུགས་ཡིན་པས་དེ་དང་འགལ་བར་སྐྱེས་ན། ཁས་ལེན་གང་ཡང་  
མི་འགྲུབ་སྟེ། དངོས་པོ་ཅམ་བཅས་ཤེས་ལྷན་མིན་གསུམ་གང་ཡང་མིན་ཡང་།  
དངོས་པོ་མི་རྟག་པར་ཁས་ལེན་དེ་དངོས་པོའི་རང་མཚན་ལ་བསམ་པ་ཡིན།  
དངོས་པོའི་སྐྱེདོན་ཅམ་གྱི་ལྷོག་པ་ནས་བསམ་ན་དངོས་པོ་རྟག་ཅེས་སམ།  
དངོས་ན་པོ་དངོས་མེད་དང་རྟག་པ་ཡིན་པར་ཁས་ལེན་དགོས་ཀྱང་། དེ་ལྟར་  
སྐྱེས་ཁས་ལེན་རུང་། དངོས་པོའི་སྱི་མཚན་རྟག་རང་མཚན་མི་རྟག་ཅེས་བྱུང་  
ཟུ། སྱིར་དངོས་པོ་མི་རྟག་པར་ཁས་ལེན་མི་རུང་ལ། རི་བོང་རུ་མེད་པར་འདོད་  
མི་རུང་སྟེ། རི་བོང་རུའི་སྐྱེདོན་ཡོད་པའི་ཕྱིར། སྐྱེདོན་རི་རུ་མིན་པས་རི་རུའི་  
རང་མཚན་མེད་ཅེས་འདོད་ཀྱི། སྐྱེདོན་ལ་དབྱུང་བས་ཅི་བྱ་ཟེར་ན། དངོས་  
པོ་སོགས་ཀྱི་སྐྱེདོན་ཡང་དེ་དང་འདྲ་སྟེ། ཐམས་ཅད་རང་མཚན་ལ་མིང་  
བཏགས་ནས་དབྱུང་བ་འབའ་ཞིག་ཡིན་ཏེ། ཀ་བུམ་སོགས་ཐ་སྙད་དུ་ཡོད་པ་  
ལྟ་ཅི་སྐྱོས། གཙོ་བོ་ཡོན་ཏན་གསུམ་ལྟན། བདག་བྱེད་པ་པོ་རི་རུ་སོགས་ཀྱང་  
སྐྱེདོན་ཅམ་གྱི་དམིགས་ལ་བརྟེན་ནས་རང་མཚན་མེད་པར་དབྱུང་བ་ཡིན་པས་  
སྐྱེདོན་གྱིས་ཅི་ཞིག་བྱ། དེ་ལྟར་ན་སྐྱེས་སོགས་གསུམ་གང་ཡང་མིན་པའི་མི་

ཡོད་དགོས་ཏེ་མི་དེ་གསུམ་མིན་པའི་ཕྱིར་ན། དེ་གསུམ་མིན་པའི་མི་ཙམ་པོ་  
 མི་མ་ཡིན་ཏེ། མིའི་སྒྲོད་ན་གྱི་ལྷོག་པ་ལ་བརྟེན་པའི་ཐ་སྙད་ཡིན་ནོ། །དེ་གསུམ་  
 མིན་པའི་མིའི་འགོ་བ་མེད་ཀྱང་། མི་ཡིན་ན། དེ་གསུམ་རེ་རེར་ཁས་ལེན་མིན་  
 ཕྱིར་གང་རུང་དུ་ཁས་ལེན་ཞེས་སོ། །དེ་གསུམ་གང་ཡང་མིན་པའི་མི་མེད་ན།  
 དེ་གང་རུང་དུ་ཁས་ལེན་པ་ག་ལ་རེ་གས། མི་ཙམ་དང་མི་རྣམས་སྤྱི་མ་དག་ན་མི་  
 མིན་ཏེ་མི་ཡི་སྒྲོད་ན་མ་མི་ཡི་མིང་དོན་གྱི་གཞན་སེལ་ཡིན་ནོ། །དེ་ཆོ་ཡང་  
 ཤེས་བྱ་ཡིན་ན་རྟག་མི་རྟག་སོགས། སྤྱི་བྱེ་བྲག་གི་ཁས་ལེན་ཐམས་ཅད་རིགས་  
 འདྲ་བས་ཀྱན་ལ་སྦྱར་ཏེ་ཤེས་སྒྲུའོ། །ཉིས་མགོ་ལ། ཀ་སུམ་གཉིས། ཀ་བ་  
 མིན། སུམ་པ་མིན་པར་རྣམ་ཀྱན་ཁས་ལེན་དགོས། དེ་ལྟ་ན། ཀ་སུམ་གཉིས་  
 ཀ་སུམ་གཉིས་མིན་པར་ཡང་ཁས་ལེན་དགོས། དེ་ལྟ་ན་གོ་ཚུལ་དང་པོ་འབའ་  
 ཞིག་ཏུ་ཁས་བྲལ་ན། ཀ་བ་ཀ་བ་ཡིན་སུམ་པ་སུམ་པ་ཡིན་པའི་ཀ་སུམ་གཉིས་  
 ཀ་སུམ་གཉིས་ཀ་ཡིན་པའི་ཁས་ལེན་གྱི་གོ་མི་ཆོད་ན། ཉི་མ་ཉི་མ་ཡིན་པར་  
 འདོད་དགོས། ཟླ་བ་ཟླ་བ་= སྐར་མ་སྐར་མ་ཡིན་ལ། ཉི་ཟླ་གཉིས་ཉི་ཟླ་གཉིས་  
 ཀ་ཡིན། ཉི་ཟླ་སྐར་མ་གསུམ་དེ་གསུམ་ཡིན་དགོས། དེ་མིན་ན། ཟྱིད་གཅིག་  
 ལ། ཟྱིད་གཅིག་ལ། ཟྱིད་གཅིག་ལ་ཡིན་པར་ཁས་ལེན་དགོས། ཟྱིད་གཉིས་  
 ཀ་ཟྱིད་གཉིས་ཀ། ཟྱིད་གསུམ་ཀ་ཟྱིད་གསུམ་ཀ་ཡིན་སོགས་འགྲོ། ཟྱིད་གཉིས་  
 ཟྱིད་གཉིས་མིན་ན། ཟྱིད་གཉིས་མེད་པར་ཐལ། ཟྱིད་གཉིས་ཟྱིད་གཉིས་  
 མིན་ན་ཟྱིད་གཉིས་ཡིན་པ་མི་སྤྱིད་པའི་ཤེས་བྱར་འགྱུར་རོ། །ཉི་ཟླ་སྐར་མ་གསུམ་

ཡིན་པ་མི་སྲིད་པའི་ཤེས་བྱ། ཀ་སྤམ་གཉིས་དེ་འདྲ། དེས་ན་ཀ་སྤམ་གཉིས་  
དེ་གཉིས་མིན་ཟེར་དུས་གོ་ལུགས་སོ་སོ་དཔྱད། ཁས་ལེན་དེའི་ཚུལ་ལྟར་ན།  
འགོ་བ་རིགས་དུག རྣམ་གྲོལ་གྱི་ལམ་ལྷ་སོགས་གཅིག་ཡིན་པར་མི་སྲིད་པར་  
ཁས་ལེན་དགོས་སོ། །ཁས་ལེན་སྤྲུལ་ལྟར་ན་མི་དཔྱལ་བའང་ཡིན། ལྷ་སོགས་  
གཞན་བཞིའང་ཡིན་པར་ཁས་ལེན་དགོས་ཀྱང་། བསམ་ཚུལ་གྱིས་མི་འགལ།  
མཐའ་གཅིག་ཏུ་འཛིན་ན། བསྐྱོག་ཕྱོགས་ཀྱིས་གཞོད་དོ། །དེས་ན་བསམ་པའི་  
ཁྱད་ལྗེ་སྟེ་བརྗོད་དོ། །རིགས་དུག་དོ་བོ་གཅིག་ཡིན་པ་མི་སྲིད། རིགས་དུག་  
རིགས་དུག་རང་རང་ཡིན་པར་སྲིད། ཏེ་ སུམ་སྒྱི་སུམ་སྒྱི་མིན་ཞེས་པ་ལ། སུམ་  
སྒྱི་དངོས་པོ་དང་ཤེས་བྱ་ལྷ་སྤུ་ལ་བསམ་ན་མི་འཐད། སུམ་སྒྱི་ཞེས་པའི་ཚིག་  
གི་རྣམ་བཙད་དམ་སྒྱུ་དོན་འབའ་ཞིག་གི་ཆ་ནས་དྭགས་སྤྲེལ་གྱིགས་ཀྱང་།  
བསྐྱུས་ཚན་རང་གི་ཁས་ལེན་འགའ་དང་འགལ་ཚུལ་བརྗོད་དོ། །དེ་འདྲ་ཀུན་  
ཏུ་སྟེ། རྣམ་ཀུན་སྒྱུ་དོན་ཅམ་གྱི་ཆ་ནས་མི་འཛིན་ཏེ་ཞེན་པའི་བརྗོད་བྱ་གཙོ་  
བོར་བྱེད་པ་འཛིག་དེན་དང་བསྟན་བཅོས་སྒྱིའི་ལུགས་བཟུང་། དངོས་ཀྱི་བརྗོད་  
བྱ་སྒྱི་ཡི་དབང་དུ་བྱས་ན་དེ་ལྟར་གོ་རྒྱུ་ཡོད་ཅེས་ཤན་ཁྱེད་དགོས་ཀྱི། སྒྱི་དབང་  
རང་ལུགས་མི་བྱ། སྒྱི་བ་འབའ་ཞིག་ལའང་། དུས་གསུམ་སྟེ་སྟེ། སྒྱི་ཁ་ལ།  
སྒྱི་བཞིན་པ། སྒྱིས་མ་ཐག་པ་གསུམ་གྱི་ཐ་སྟད་བྱར་ཡོད་པ་འགག་སོགས་ལ་  
སྒྱུར། སྤྲེལ་གསུམ་བྱུང་བ་ཞེས་ཞེ་འདོད་དོན་གྱིས་རྒྱ་ཡིན་པས་སྒྲིད་ཅིག་ལ་  
བསམ་ན་དོན་གྱི་དབང་གིས་ཡིན། མིན་ན་སུམ་པའི་སྤྲེལ་གསུམ་བྱུང་བའི་

རྫོགས་ཆོས་ཅན། རྣམ་པའི་དངོས་རྒྱུ་ཡིན་པར་ཐལ་ལོ། །རྣམ་མིན་ལས་  
 ལོག་པའང་། རྣམ་པ་མིན་ཆད་ལོག་པར་གོ་བ་ཡིན། གཞན་དུ་རྣམ་མིན་གྱི་  
 སྒྲུབ་འཇུག་ལུལ་བྱེ་བྲག་པ་ལ་བསམ་ན། རྫོགས་ལས་ལོག་པ་སྟེ་སོགས་ཀྱང་  
 རྣམ་པ་མིན་པ་ལས་ལོག་པར་གོ་རུང་ངོ་། །འགལ་བ་ནི་གཞི་མཐུན་པ་ཆོས་  
 ཐད་དུ་ཡིན་ཆད་ལ་འགལ་བར་བསམ་ན། སྒྲུག་ཀྱང་འགལ། ལོག་པ་ཐ་  
 དད་ཀྱང་འགལ་བས། འགལ་བ་མིན་པ་མེད་པ་སོགས་དཔྱད། དེ་ལྟ་ན་གཞི་  
 གྲུབ་ན་ཁྱོད་དང་ཁྱོད་འགལ་བས་བྱུང་སྟེ་རང་ལོག་ནས་གཅིག་ཡིན་པ་མི་སྲིད་  
 པའི་ཐུར་ཞེས་པར་འགྱུར་ངོ་། །དེ་ལྟ་ན་གཞི་གྲུབ་ན་ཁྱོད་དང་ཁྱོད་མི་འགལ་  
 ཞིང་འབྲེལ་བ་ཡིན་པ་སྒྲུབ་སྟེ། ཆོས་ཐམས་ཅད་ཤེས་བྱ་ཡིན་པ་སོགས་ཀྱིས་  
 འབྲེལ་བ་མེད་པ་མི་སྲིད་པ་སྒྲུབ་འབྲེལ་གཉིས་ཀ་ཡིན་པར་གྱུར་ན་གོ་རྒྱུ་  
 ཅི་ཡོད། འཛིག་རྟེན་འདིར་ཡོད་པར་མི་སྲིད་པ་རི་བོང་ལ་རྩ་དང་མོ་གཤམ་  
 ལ་བྱ་ཡོད་པ་མི་སྲིད་པ་ཡིན་པས་བྱུང་། གལ་ཏེ་འདི་མི་སྲིད་པ་རི་བོང་ལ་རྩ་  
 དང་མོ་གཤམ་ལ་བྱ་མེད་པ་སྲིད་པ་ཡིན། ཡོད་པར་སྲིད་པའང་སྲིད་པ་ཡིན།  
 མེད་པར་སྲིད་པའང་སྲིད་པ་ཡིན། དེས་ན་ཡོད་པར་སྲིད་པ་ཡོད་པར་སྲིད་པ་  
 ཡིན། མེད་པར་སྲིད་པ་མེད་པར་སྲིད་པ་ཡིན། མེད་པར་སྲིད་པ་མ་ཡིན་པའང་  
 ཡོད་པར་སྲིད་པ་ཡིན་ཞེས་ཁས་ལེན་བསྐྱེད་ཀྱའི་ལུགས་ལ་རིགས་སོ། །མདུན་  
 འདིར་ཡོད་པ་ཡོད་ལ་ཆོས་ཤུག་འབྲེང་མི་དགོས། མེད་པ་མེད་ལ་ཤུག་ཡོད་  
 དེ། མེད་པ་མེད་ན་ལྟའི་མེད་ཤིག་འདིར་ཡོད་པར་ཐལ། མེད་པ་མེད་པའི་ཐུར།

མེད་པ་ཡོད་ན་འང་དེར་ཐལ། དེས་ན་མེད་པར་མེད་ཅེས་མདུན་འདིར་སྒྲིའི་  
མེད་པ་མེད་པ་དེ་མེད་པའི་ཐ་སྟན་དུ་བྱ་བ་ལ་བཤད། མེད་པ་ཡོད་པ་སྟ་ཡུལ་  
མེད་པའི་ཐ་སྟན་ཡོད་པ་ལ་བཤད་དོ། ཡོད་པ་མེད་ཟེར་ན། མདུན་འདིར་  
ཡོད་པའི་དངོས་པོ་མེད་པར་འཕེན། མདུན་འདིར་ཡོད་པ་གཅིག་མེད་པར་  
ཐལ། འདོད་ན་མདུན་འདིར་ནམ་མཁའ་འཕམ་གཤམ་གྱི་མེད་པར་ཐལ་ལོ། །རི་  
རྩ་ཡོད་པ་མེད་པར་བཤད་སྟམ་ན་འང་རུང་སྟེ། རི་རྩ་ཡོད་པ་མེད་ཀྱང་མེད་གོ་  
ཚོད་པའི་ཕྱིར་ཏེ། རི་བོང་ལ་རྩ་མེད་པས་མེད་གོ་ཚོད་པ་བཞིན། དེས་ན་མདུན་  
འདིར་ཡོད་པ་ཡོད་ཅེས་མཐའ་གཅིག་ཏུ་ཁས་ལེན་དགོས་ཏེ། མདུན་འདིར་  
ཤེས་བྱ་གཅིག་ཀྱང་མེད་པ་མི་སྤྲིད་ལ། གཅིག་ཡོད་ཀྱང་ཡོད་པ་ཡོད་པའི་གོ་  
ཚོད་དོ། །རི་རྩ་མེད་ཀྱང་དེ་ཡོད་པ་མིན། མདུན་འདིར་ནམ་མཁའ་མེད་པ་མི་  
སྤྲིད་པ་སོགས་སོ། །ཁང་པ་འདི་ན་ཅི་ཡང་མེད་ཅེས་ནམ་ཡང་བརྗོད་མི་རིགས་  
སྟམ་ན། དངོས་པོ་གཞན་མེད་པ་ལ་བརྗོད་པའི་ཕྱིར་ཡིན་ནོ། །དེས་ན་གཞི་  
དམིགས་སུ་བསལ་ཏེ་མ་བཟུང་བར་སྦྱིར་བརྗོད་པ་རྣམས་ལ་གཞི་དང་སྦྱར་  
བའི་གོ་ཚུལ་སྒྲ་ཚོགས་ཡོད་པ་ཤེས་པར་བྱའོ། །མདྲ་ལོ། ། མེ་ལུག་ལྷ་གཉིས་  
ཆེས་༡༧དགེ་བར། སྒྲན་སྒྲ་ཚོགས་ཀྱང་འཕུང་། ཅུ་ཀུན་དང་མགོན། ལུས་  
ཀུན་བརྒྱལ་སྟམ་དང་གི་སྟམ་ངང་རྟོག་མང་དུན་པ་ཡི་གེར་བྲིས་པ། ད་ནི་རེ་  
ཞིག་ངལ་བསོ། དགེ་སྦྱི་བྱེ་བྲག་སྐབས། རྩས་ཡོད་རྣམས་ཁྱོད་ཁྱོད་ཡིན།  
ཁྱོད་མིན་ཁྱོད་མིན་དུ་ངེས་ཀྱང་། བདག་ས་ཡོད་ཅེས་གྱི་སྦྱི་སོགས་རང་རང་གི་

ངོ་བོ་རྣམས་སྤྱི་མཉམས་ཀྱི་ཆོས་གཞན་ལ་བརྟེན་ནས་བཏགས་པའི་ཕྱིར་ལྟོས་  
 འཛིན་གཤིས་སྤྱི་བཏགས་ཀྱི་དངོས་པོ་དེ་རང་གི་ཕྱེ་བྲག་ནམས་ལ་སྤྱི་ཡིན། རང་  
 གི་སྤྱི་ཤེས་བྱ་ལྟ་བུ་ལ་ལྟོས་ནས་ཕྱེ་བྲག་ཡིན། གཞི་གཙོག་ལ་ལྟོས་ནས་སྤྱི་  
 ཕྱེ་བྲག་འགལ་ཀྱང་། སྤྱི་རྩི་མི་འགལ་། དེས་ན། སྤྱི་སྤྱི་མིན། སྤྱི་མིན་སྤྱི་མིན་  
 ཞེས་ཀྱུན་ལ་འདྲ་སྟེ། སྤྱི་སྤྱི་ཡིན་ཏེ། དེའི་ཕྱེ་བྲག་མེད་པའི་ཕྱིར། སྤྱི་མིན་སྤྱི་  
 མིན་ཏེ། ཆོས་ཀྱུན་དེའི་ཕྱེ་བྲག་མིན་དགོས་འདྲ་དབྱེད། ཆོས་ཀྱི་ཕྱེ་བྲག་གི་  
 སྤྱི་འཛིན་ནས་བརྟེན་ན། ལུས་པའི་སྤྱི་ལུས་སྤྱི་མིན་སྟོན་གསལ་གང་གི་སྤྱི་རྩི་རྩི་ཡང་  
 རུང་ངོ་། །ཤེས་བྱ་སྟོན་གསལ་ལ་བསམ་ན། སྤྱི་སྤྱི་མིན་མི་འགྲིག་ས། སྤྱི་ཙམ་གྱི་  
 རང་ལྟོག་ལ་བསམ་ནའང་། སྤྱི་སྤྱི་མིན་ན་སྤྱི་མེད་པར་འགྱུར་མོད། སྤྱི་སྤྱི་  
 ཡིན་ན་དེའི་ཕྱེ་བྲག་ཡོད་དགོས་པའི་ཁས་ལེན་དང་སྤྱི་རྩི་ན། དེ་ལྟར་ཁས་ལེན་  
 སྤྱི་དང་པ་ལ་བསམ་པ་ཡིན་ལོ་སྤྱི་མ་དགོ། དེས་ཆོག་གི་ངོས་ནས་བརྟེན་ན། ལུས་  
 པའི་སྤྱི་ཞེས་པ་དེ་ཤེས་བྱ་སྟོན་གསལ་ལ་དེའི་ཕྱེ་བྲག་ཡོད་པའི་ཆ་ནས་བཏགས་  
 ཀྱི་རང་གི་ངོ་བོས་ཡོད་པ་མིན་པའི་གནད་ཀྱིས་མིང་ཙམ་གྱི་ལྟོག་པ་ནས། ལུས་  
 པ་དང་སྤྱི་ཕྱེ་བྲག་ཡིན་པ་མི་འགྲིག་ས། སྤྱི་མ་ཡིན་པ་ཞེས་བརྟེན་ཆེ། དེ་མ་  
 གཏོགས་པའི་ཆོས་ཀྱུན་ལ་སྟེན་རུང་བས། ཤེས་བྱ་དངོས་པོ་སྟོན་ས། དེའི་  
 ཕྱེ་བྲག་ཡིན་པས། ལུས་པ་དང་སྤྱི་ཕྱེ་བྲག་ཡིན་པར་འགྲོ་བ་གཞི་ཀྱུན་ལ་འགྲོ།  
 ལུས་པ་འདྲ་ལུས་མིན་ལས་ལོག་པའི་ལུས་ལྟོག་ནི་བཏགས་ཡོད་ལྟོག་ཆོས་ཡིན་  
 མོད་ཀྱི། ལུས་པ་བཏགས་ཡོད་མིན་པའི་ཆ་ནས་དེའི་ལྟོག་པ་དེ་ལྟར་དབྱེད།

ནམ་མཁའ་སོགས་བདག་སྟོན་ཡོད་ཡོད་པར། བདག་སྟོན་ཀྱང་མིན་ཏེ། མིང་ཀྱང་  
བདག་སྟོན་ཡོད་ཡོད་ན་བདག་སྟོན་དོན་མེད་ཁྱད་དུ་བྱུང་། དགོ། ཀ་བའང་ཡིན་བུམ་  
བའང་ཡིན་བ་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་ཡོད་བར་ཐལ། ཁྱོད་གཞལ་བྱ་ཡིན་བའི་བྱིར།  
མིན་བ་མི་སྲིད་བའི་ཤེས་བྱ་ལ་མ་བྱལ་བའི་བྱིར། ཁྱོད་ཀྱི་ལུགས་ལ་ཆོག་བརྗོད་  
ཚུལ་ལ་སྲིད་པས་ཡོད་གོ་ཆོད་བ་དང་གཞལ་བྱ་དང་ཤེས་བྱ་ཡིན་བར་ཁས་ལེན་  
བས། རི་རྩ་ཡོད་བ་དང་བརྗོད་མ་ཐག་བ་ལྟ་བུའང་ཡོད་བ་དང་། ཁྱོད་ཁྱོད་  
མིན། ཁྱོད་མིན་བ་ཁྱོད་ཡིན་བ་སོགས་མིན་བ་མི་སྲིད་བའི་ཤེས་བྱ་ཡོད་བར་  
ཁས་ལེན་བ་ཁྱོད་ཀྱི་ལུགས་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟ་ན་ཡིན་མིན་ཡོད་མེད་པར་ཚུན་  
འགལ་མིན་པས་དངོས་པོ་ཡིན་ན་མི་དྲག་བ་ཡིན་སོགས་མཐའ་གཅིག་ཏུ་ཁས་  
ལེན་བ་གང་ཡང་མི་རུང་བའི་སྒྲིན་དུ་འགྱུར་ལ། མཐར་ཁས་ལེན་གང་སོ་  
མེད་བའི་འཆལ་གཏམ་སྒྲིན་བའི་དག་ལྟ་བུར་འགྱུར་རོ། །གང་ཤེས་ཤེས་ཁས་  
སྲུང་རུང་བར་འགྱུར་རོ། །དེ་ལྟ་ན་ཀ་བུམ་གཉིས་འགལ་བ་མིན་བར་འགྱུར་  
རོ། །རྩམ་སྒྱི་ཉིས་མགོ་བཅད་ནས་ཞེས་སྒྱུར་སྟམ་ན། བུམ་སྒྱི་བུམ་སྒྱི་མིན་  
བ་སོགས་ལའང་རྩམ་སྒྱི་ཉིས་མགོ་བཅད་ན་ཁྱོད་ཀྱི་ལུགས་དེ་ཁོ་རེ་མི་འགྱུར་  
པོ། །ཉིས་མགོ་བཅད་ན་རང་གི་ལྟ་གཞི་གཞལ་ལ་འགྱུར། རྩམ་སྒྱི་བཅད་ན།  
བུམ་སྒྱི་བུམ་སྒྱི་མིན་བ་གཞལ་ལ་འགྱུར། རྩམ་སྒྱི་འབའ་ཞིག་བཟུང་ན་བུམ་སྒྱི་  
མིན་བ་བུམ་སྒྱིར་གཞལ་ལ་འགྱུར། ཞེན་པས་བརྗོད་བྱ་རང་མཆོན་བྱེ་བྲག་བ་  
བཟུང་ན་མིན་སྒྱིར་གཞལ་ལ་འགྱུར། ཞེན་པས་བརྗོད་བྱ་སྒྱིར་བཟུང་ན་འགྱུར་ཆོད་



གྱི་དེ་ལྷ་མ་ཐུམ་སྒྱི་རྒྱུ་བཟུང་ནས་དེ་བཅད་པའི་སྒྲུབ་པ་གིས་ཡིན་ནོ། །  
 དེ་ལྷ་ན་དངོས་པོའི་སྒྲུབ་དོན་དངོས་པོར་མི་འགྱུར་བས། དངོས་པོ་ཀ་བའི་དངོས་  
 པོར་མི་འགྱུར་ལ་དངོས་པོ་མིན་པ་ཀ་བའི་དངོས་པོར་འགྱུར་ཏེ། ཀ་བའི་དངོས་  
 པོ་དེ་དངོས་པོའི་དོན་སྒྱི་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དངོས་པོའི་བྱེ་བྲག་གང་ཡང་མིན་  
 པའི་དངོས་པོའི་སྒྲུབ་དོན་ཅམ་ཡིན་ལ། དེ་དངོས་པོ་མིན་ནོ། །དངོས་པོ་དངོས་  
 པོ་མིན་པར་བརྟུན་ན་མིང་གིས་བརྟུན་ཆོད་རང་རང་ཉིད་མིན་པར་འགྱུར་ལ།  
 དངོས་པོའི་བརྟུན་དོན་གཤམ་བྱ་ལ་མེད་པར་འགྱུར་རོ། །དངོས་པོ་དངོས་པོ་  
 མིན། དངོས་པོའི་བྱེ་བྲག་དངོས་པོ་ཡིན་ཟེར་དགོས་ལ། དེ་ལྷ་ན་བྱེ་བྲག་གྲང་  
 དངོས་པོ་མིན། ཀ་བ་འང་མིན། ཅན་དན་ཀ་བ་འང་དངོས་པོ་མིན་སྐྱེས་མཐར་  
 རང་མཚན་ཉག་གཅིག་ལ་མ་ཐུག་བར་དུ་མི་འགྱུབ། རང་མཚན་འབའ་ཞེས་  
 སྒྲུབ་པ་ལྷ་མ་ཡིན་པས་སྒྲུབ་དོན་གོ་བ་མི་སྤྲོད་དོ། །དངོས་པོ་དངོས་པོ་ཡིན་ཏེ་  
 དངོས་པོ་དངོས་པོའི་བྱེ་བྲག་མིན་ཏེ་དངོས་པོ་བྱེ་བྲག་པ་ཀྱན་གྱི་སྒྱི་མ་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར། ཐུམ་སྒྱི་སྒྱི་ཡིན་ཏེ་སྐྱེས་འགྲོ། ཐུམ་སྒྱི་ལ་དོན་སྒྱི་རིགས་སྒྱི་ཚོགས་སྒྱི་  
 གསུམ་ཡོད་པའི། ཐུམ་པའི་སྒྱི་ཞེས་པ་རིགས་ཀྱི་བརྟུན་པའི་སྒྲུབ་པ་ཡིན་མོད།  
 རིགས་སྒྱིའི་དོན་སྒྱི་འབའ་ཞེས་བཟུང་ནས་དེ་ལྷ་ར་སྒྲུབ་པ་ལ་དབྱེད། ཀ་ཐུམ་  
 གཉིས་འགལ་བའང་མི་འགལ་བའང་ཡིན་པར་ཐལ། རང་མཚན་འགལ་ལ་  
 ལྷོག་པ་མི་འགལ་བའི་ཕྱིར། ཀ་ཐུམ་གཉིས་ཡིན་བརྟུན་པའི་ལྷོག་པ་མི་འགལ་  
 བའི་ཕྱིར། ལྷ་ཐུམ་སོ། །རང་ལུགས་ཀ་ཐུམ་གཉིས་ཀྱི་རྒྱས་འགལ་བར་མ་

ཟད། ལྷོག་པ་འང་འགལ་ཏེ་ཀ་བའི་སྐྱེས་ཀ་མིན་གཅོད་ལ། ཀ་མིན་གྱི་སྐྱེས་  
ཀ་བ་གཅོད་པའི་ཕྱིར། གཉིས་ཀ་ཡིན་པའི་ལྷོག་པ་མི་སྤྱིད་དོ། ཚིག་བརྗོད་  
པ་ཙམ་ལ་སྤྱིད་པ་ནི་དེ་གཉིས་འགལ་པའི་ལྷོག་པ་གཅིག་པ་མེད་ཀྱང་ཡོད་པ་  
ལྟ་བུར་བསྟན་པའི་སྐྱ་བརྗོད་ཀྱི་སྟོང་པ་རི་བོང་རུ་བརྗོད་པའི་སྐྱ་བཞིན་ནོ། །  
དོན་ཀ་བུམ་རང་ལྷོག་འགལ་པའི་གཞི་མཐུན་བརྗོད་པ་འདི་འབའ་ཞིག་གི་སྐྱའི་  
ནམ་བཙད་ཙམ་སྟོ་ཡུལ་དུ་འཕེན་པ་ཡིན་ནོ། །འདི་འདྲ་བ་གསལ་པ་མེད་དེ། རི་  
རུ་དང་རྟག་བདག་སྐྱ་རྟག་པ་སོགས་པ་བཞིན་ནོ། །འདི་འདྲའི་སྐྱ་ལ་བརྗོད་  
བྱའི་རང་མཚན་མེད་ཀྱང་། སྐྱ་ཙམ་གྱིས་སྟོ་ཡུལ་དུ་འཕང་པའི་དོན་སྐྱི་ལ་  
བཏགས་པས་རང་མཚན་ཡོད་པ་ལྟར་ཞེན་པའི་དབང་དུ་བྱས་ཏེ་ཞེན་ཡུལ་རང་  
མཚན་ཡོད་པ་དགག་པ་ཡིན་ནོ། །དེས་ན་སྐྱི་ཙམ་གྱི་དབང་དུ་བྱས་ན་སྐྱས་  
བརྗོད་བྱ་མིན་པའི་ཤེས་བྱ་མེད་ཀྱང་རང་མཚན་གྱི་དབང་དུ་བྱས་ཏེ། བརྗོད་  
བྱ་མིན་སོགས་འབྱེད་དེ། སྐྱ་དོན་ཙམ་གྱི་དབང་དུ་བྱས་ན་ཤེས་བྱ་མིན་པ་མེད་  
དེ། ཤེས་བྱ་མིན་པ་འང་ཤེས་བྱ་མིན་པར་ཤེས་བྱ་ཡིན་སོགས་འགྲེ། རང་  
མཚན་གྱི་དབང་དུ་བྱས་ན་ཤེས་བྱ་མིན་པ་ཡོད་དེ། རི་བོང་རུ་འཕང་རང་མཚན་  
དང་། ཡིན་པ་མི་སྤྱིད་པའི་ཤེས་བྱའི་རང་མཚན་བཞིན་ནོ། །སྤྱིར་ཡིན་པ་མི་  
སྤྱིད་པ་ཡོད་དམ་མེད། ཡོད་ན་ཀ་བུམ་ཡིན་པ་སོགས་ཡོད་པར་འགྱུར། མེད་  
ནའང་ཡིན་པ་མི་སྤྱིད་པ་མེད་པའི་ཕྱིར། ཐམས་ཅད་ཡིན་པ་སྤྱིད་པར་འགྱུར་  
ལ། ཀ་བུམ་སོགས་ཀྱི་ཡིན་པ་ཡོད་པར་འགྱུར་རོ། །ཡོད་པ་མི་སྤྱིད་པ་ལའང་

དེ་བཞིན་ནོ། ཡིན་པ་མི་སྲིད་པ་ཡོད་པ་ཡིན་ནམ་མེད་པ་ཡིན། ཡོད་ན་གོང་  
 བཞིན། མེད་པ་ཡིན་ན་གོང་བཞིན། དེ་ཡོད་མེད་གང་དུ་འང་ཆོག་གི་ལམ་ནས་  
 ཁས་ལེན་མི་རྒྱས་པ་རྟོ་རྟོ། གཉིས་ཡིན་གཉིས་མིན་ནི་མེད་དོ། །དེ་ལྟ་ན་ཡིན་  
 པ་མི་སྲིད་པ་ཡོད་ན་གོང་བཞིན། མེད་ན་ཡིན་པ་མི་སྲིད་པ་མེད་ན་དགག་པ་  
 གཉིས་ཀྱིས་རྣལ་མ་གོ་བས་ཡིན་པ་སྲིད་པར་འགྱུར་རོ། །འདི་དགག་གཉིས་  
 རྣལ་གོ་མིན་ཏེ། ཡིན་པ་མི་སྲིད་པ་ནི་ཐ་སྟད་དུ་རང་མཚན་མེད་པར་བརྟེན་དོ་  
 ཟེར་ན། ཡིན་པ་མི་སྲིད་པའི་ཤེས་བྱ་ཡོད་པ་ནི་སྒྲོ་དོན་ལའང་མེད་པས་ཤེས་  
 བྱ་ཡིན་པར་ཁས་བླང་བ་འགལ་ལོ། །རྟེ་རྟེ། མེད་ཟེར་ན་གོང་བཞིན་དང་། ཀ་  
 ལུམ་གཉིས་ཡིན་པ་མི་སྲིད་པའི་ཤེས་བྱར་ཁས་བླང་བ་འགལ་ལོ། །དེ་དང་  
 ཆ་འདྲ་བ་འཛིག་རྟེན་འདི་ན་མི་སྲིད་པ་ཡོད་དམ་མེད། ཡོད་ན་རི་རུ་ཡོད་པར་  
 ཐལ་ཏེ། འཛིག་རྟེན་འདི་ན་མི་སྲིད་པ་རི་རུ་དང་། ཀ་ལུམ་གྱི་ཡིན་པ་སྟགས་  
 ཡིན་པས། ཁྱོད་ཀྱིས་མི་སྲིད་པ་ཡོད་ཅེས་ཁས་བླང་བའི་བྱིར། མེད་ཟེར་  
 བྱུང་། རི་རུ་སྟགས་ཡོད་པར་ཐལ་ཏེ། འཛིག་རྟེན་འདི་ན་མི་སྲིད་པ་རི་རུ་  
 སྟགས་ཡིན་ལ། མི་སྲིད་པ་མེད་ན་ཐམས་ཅད་སྲིད་པར་འགྱུར་རོ། །དེས་ན་  
 དགག་པའི་ཆོག་ཅན་གྱི་མཐར་ཡོད་མེད་ཀྱི་ཁས་ལེན་སྒྱུར་བ་ཐམས་ཅད་འདི་  
 འདྲར་འགྱུར་ཏེ། དོན་གྱིས་རྣམ་པར་མ་བཅད་ན་ཆོག་ཁོན་སྐད་ཀལ་ལོ། །རྟེ་  
 རྟེ་རྟེ་རྟེ། མི་སྲིད་པ་སྲིད་པ་ཡིན་ནམ་མི་སྲིད་པ་ཡིན་སྟགས། དེའི་རིགས་ཐམས་  
 ཅད་དེ་ལྟར་དབྱེད་དོ། །མི་སྲིད་པ་མི་སྲིད་པ་ཡིན། མི་སྲིད་པ་མ་ཡིན་མི་སྲིད་

བ་མ་ཡིན། ཡང་ན། མི་སྲིད་པ་མི་སྲིད་མ་ཡིན། མི་སྲིད་པ་འང་ཡིན་པ་མི་སྲིད་  
 བ་མ་ཡིན་ནོ། །ཡང་ན། མི་སྲིད་པ་སྲིད་པ་ཡིན། མི་སྲིད་པ་མ་ཡིན་པ་འང་  
 སྲིད་པ་ཡིན། སྲིད་པ་སྲིད་པ་ཡིན། སྲིད་པ་མ་ཡིན་པ་འང་སྲིད་པ་ཡིན་སོགས།  
 རྟོན་ལ་བསམ་ནས་ཁས་སྤང་གང་དྲན་དྲན་རུང་བ་ཆོག་གིས་བྱ་བྱས་ཅི་བྱ། ཏ་  
 ཏ། ཡང་རི་རྩེ་ཆོས་ཅན། ཏྟག་པ་ཡིན་པར་ཐལ། དངོས་པོ་མེད་པའི་བྱིར།  
 སོགས། བདག་ཆོས་ཅན། ཏྟག་པ་= བདག་མེད་པའི་བྱིར། རི་རྩེ་ཆོས་ཅན།  
 མེད་པར་ཐལ། གཏན་མེད་ཡིན་པའི་བྱིར། ལྷ་བྱ་ལ་ཆོས་ཅན་གཞི་བྱུང་བས་  
 ཏྟགས་མ་བྱུང་བའི་ལན་མི་ཐེབ། རི་རྩེ་ཆོས་ཅན། ཡོད་པར་ཐལ། དགག་བྱ་  
 ཡིན་པའི་བྱིར། བདག་ལ་འང་དེ་འདྲ་སོགས་དབྱད། རི་རྩེ་ཆོས་ཅན། ཁ་དོག་  
 ཡིན་པར་ཐལ། སྟོན་པོ་ཡིན་པའི་བྱིར། ལྷ་བྱ་ཆོས་ཅན་གཞི་མ་བྱུང་བས་  
 ཏྟགས་མ་བྱུང་བའི་ཐེབ། རི་རྩེ་ཆོས་ཅན། རི་རྩེ་ཡིན་པར་ཐལ། རི་རྩེ་ཡིན་  
 པའི་བྱིར། རི་རྩེ་རི་རྩེ་ཡིན་པ་མེད་དེ། འདི་སྐྱའི་རྣམ་བཅད་ཅམ་ལ་དོན་རང་  
 མཚན་མེད་པས། རི་རྩེ་རི་རྩེ་ཡིན་ན་རི་རྩེ་རྩེ་སྟོན་ཡོད་དུ་འགྱུར་རོ། །རྣམ་བཅད་  
 ལ་རི་རྩེ་རི་རྩེ་ཡིན་ན། རི་བོང་རྩེ་མེད་རི་བོང་རྩེ་མེད་མིན་པར་མཚུངས་སོ། །  
 གཉིས་དང་གཉིས་མིན་སོགས་འདྲའི་སྒྲུལ་དབྱད། རི་རྩེ་སྐྱ་དོན་རི་རྩེ་སྐྱ་  
 དོན་མིན་པའི་ལྷོག་པར་བསམ་ན་དེ་འདྲ། རི་རྩེ་རི་རྩེ་མིན། རི་རྩེ་མིན་པ་རི་  
 རྩེ་ཡིན་ན། དེ་ཡང་རང་མིན་ལྷོག་ཆོས་སུ་འགྱུར། དེ་ལྟ་ན་རི་རྩེ་ཏྟག་པར་  
 འགྱུར་རོ། །དེས་ན་ཡོད་པ་མི་སྲིད་པ་རྣམས་ལ། ཏྟག་མི་ཏྟག་ཡིན་མིན་མེད་

འདྲ་ཡང་། མེད་ན་ཁས་ལེན་གང་ཡང་མེད་པར་འགྱུར་ན་དེ་མི་འཐད་དོ། །  
 ཡང་རྩ་ས་བཏགས་གང་རུང་གི་སྒྲོ་ནས་ཡོད་པར་ཁས་བླང་དགོས་པའི་ཤེས་  
 བྱ་རྒྱུ་མས་རང་རང་ཡིན་དགོས་ཏེ། མིན་ན། མེད་པ་རི་རྒྱ་དང་། ཀ་བུ་མ་  
 གཉིས་ཡིན་སོགས་བཞིན། མེད་པར་ཁས་བླང་དགོས་སོ། ཤེས་བྱ་ཤེས་བྱ་  
 ཡིན། ཏྲག་པ་ཏྲག་པ་མིན་སོགས་དབྱུང་། ལུ་སྤྱི་དབྱུང་དོ། །ལུ་པ་ལུ་  
 པའི་བྱེ་བྲག་གི་སྤྱི་ཡིན། ལུ་པའི་བྱེ་བྲག་ལུ་པའི་བྱེ་བྲག་གམ་ལུ་པའི་  
 སྤྱི་ཡིན། ལུ་སྤྱི་ལུ་པའི་སྤྱི་མིན། ལུ་སྤྱི་ལུ་སྤྱི་ཡིན། གཞན་ཡང་དོན་  
 གྲུ་། ལུ་པའི་སྤྱི་དངོས་པོ་སོགས་ཀྱི་མིང་མིན་པའི་མིང་གང་ཡང་རུང་བ་བརྗོད་  
 བ་ན། དེ་ལུ་སྤྱི་མིན་ལ། དེ་མིན་ལུ་སྤྱི་ཏྲགས་སྤྱི་འགྲིགས་ཏེ། རྩོམ་ལུ་  
 སྤྱི་མིན། རྩོམ་ལུ་མིན་པ་ལུ་སྤྱི་ཡིན་པ་འདུག་ན། དེ་རང་མིན་ལྟོག་ཆོས་ག་  
 ལ་ཡིན། ལུ་པའི་བྱེ་བྲག་ལུ་སྤྱི་མིན། ལུ་པ་ལུ་པའི་བྱེ་བྲག་མིན། ལུ་  
 པའི་བྱེ་བྲག་མིན་པ་ལུ་སྤྱི་མིན་ཏེ། ལུ་པ་ལུ་པའི་བྱེ་བྲག་མིན་པ་མིན་  
 སོགས་དབྱུང་། ལུ་པའི་བྱེ་བྲག་དེ་གསེར་ལུ་སྤྱི་ཡིན། གསེར་ལུ་ལུ་  
 པའི་བྱེ་བྲག་ཡིན། ལུ་པའི་བྱེ་བྲག་ཡིན་ལ་གསེར་ལུ་མིན་པ་ཟངས་ལུ་  
 སོགས་ཡོད་པ་ཡིན་ནོ། །ལུ་པའི་སྤྱི་ལུ་པའི་སྤྱི་མིན། ལུ་པའི་བྱེ་བྲག་  
 ལུ་པའི་སྤྱི་ཡིན་པར་ཡང་ཁས་ལེན་དགོས་ཏེ། གསེར་ལུ་དེ་ལུ་པའི་བྱེ་  
 བྲག་ཡིན་སོགས་འགྲིགས། དེའི་ཆོག་ལྟར་ན་ལུ་པའི་བྱེ་བྲག་ཡིན་ན་ལུ་  
 སྤྱི་ཡིན་པའི་བྱེ་བྲག་པར་ཐལ། འདོད་ན། གསེར་ལུ་ཆོས་ཅན། ལུ་པའི་སྤྱི་

ཡིན་པར་ཐལ། དེའི་བྱེ་བྲག་ཡིན་པའི་བྱིར། འདྲོད་མི་རུས་ཏེ། དེའི་སྦྱི་ཡི་  
རྟགས་སྔ་ཚེག་དང་དོན་གྱི་ཆ་གང་ནས་ཀྱང་མི་འགྲིགས་པས་སོ། །སུམ་པའི་  
སྦྱི་ཡིན་ན་སུམ་སྦྱི་མ་ཡིན་པས་བྱབ་པར་ཐལ། འདྲོད་ན། དངོས་པོ་ཆོས་ཅན།  
སུམ་སྦྱི་མིན་པར་ཐལ། སུམ་སྦྱི་ཡིན་པའི་བྱིར། འདྲོད་མི་རུས་ཏེ། རྟགས་སྔ་  
ཚེག་དོན་གཉིས་ཐད་ནས་འགྲིགས་པའི་བྱིར། སུམ་སྦྱི་སུམ་སྦྱི་མིན་པ་དང་།  
སུམ་པའི་བྱེ་བྲག་སུམ་སྦྱི་ཡིན་པའི་བྱབ་མཐའ་འཆང་མི་རུས་ཏེ། སུམ་པའི་  
བྱེ་བྲག་ཡིན་ན་སུམ་སྦྱི་ཡིན་པའི་བྱབ་པར་ཐལ། འདྲོད་མི་རུས་ཏེ། གསེར་  
སུམ་ཆོས་ཅན། སུམ་སྦྱི་ཡིན་པར་ཐལ། སུམ་པའི་བྱེ་བྲག་ཡིན་པའི་བྱིར།  
འདྲོད་མི་རུས་ཏེ། ཟངས་སུམ་གྱི་སྦྱི་མ་ཡིན་པས་སོ། །དེས་ན་ཚེག་བརྗོད་པ་  
ཙམ་གྱིས་ཡིན་མིན་ལྟར་སྒྲུང་འདིས་བྱབ་མཐའ་མི་ཆོད་པས་ཁས་སྤྲེལ་གོ་མི་  
ཆོད་ལ། སུམ་སྦྱི་ཞེས་པ་དངོས་པོ་སོགས་ལ་བརྒྱུད་ན། དངོས་པོ་ཡིན་ན་སུམ་  
པའི་སྦྱི་ཡིན་པས་བྱབ་པ་ཁས་ལེན་རུས། སུམ་སྦྱི་མིན་པ་སུམ་སྦྱི་མིན་པའི་  
བྱབ་མཐའ་འཆང་རུས་ཏེ། སུམ་སྦྱི་མིན་པ་དྲོ་རིལ་སོགས་པ་ཞིན་ནོ། །ཁྱོད་  
ཀྱི་ལུགས་ལྟར་ན། སུམ་སྦྱི་ཡིན་ན་སུམ་སྦྱི་མིན་པའི་བྱབ་པ་ཁས་ལེན་མི་རུས་  
ཏེ། དྲོ་རིལ་ཆོས་ཅན། སུམ་སྦྱི་ཡིན་པར་ཐལ། སུམ་སྦྱི་མིན་པ་ཡིན་པའི་བྱིར་  
ཞེས་འགོད། ཀ་སུམ་གཉིས་ཡིན་ན་དེ་གཉིས་མིན་པའི་བྱབ་མཐའ་མི་ཆོད་  
དེ། ཀ་སུམ་གཉིས་ཆོས་ཅན། ཀ་བ་མིན་པ་སོགས་གོང་འདྲ། ཀ་སུམ་གཉིས་  
མིན་ན་ཀ་སུམ་གཉིས་མིན་པས་མ་བྱབ་སྟེ། ཀ་སུམ་གཉིས་ཀ་མིན་པའི་ཀ་

ལུས་བཞིན། ཀ་ལུས་གཉིས་ཡོད་པ་དང་བེམས་པོར་ཁས་ལེན་པས་དེ་མེད་  
 ན་མི་རུང་ངོ། །བདག་གི་ལུགས་ལྟར་ན། ཀ་ལུས་གཉིས་རེ་རེ་ནས་དེ་གཉིས་  
 མིན་ཡང་། ཀ་ལུས་གཉིས་ཀ་ཡིན། ཀ་ལུས་གཉིས་ཀ་ལུས་གཉིས་མིན་ན། ཀ་  
 ལུས་གཉིས་ཡིན་པ་མི་སྲིད་པ་རི་བོང་རྩ་དང་འདྲ་བས། ཡོད་པ་དང་བེམས་  
 པོ་དང་མི་རྟག་པར་ཡང་ཁས་ལེན་ག་ལ་རུང་། དེས་ན་བྱོད་ལ་དམ་བཅའ་  
 གཏད་སོ་མེད་པའི་ཚིག་ཙམ་སོ། །ཞེས་སོ། །དེ་བཞིན་དུ་དོན་གྱི་དབང་དུ་  
 བྱས་ཏེ། ཤེས་བྱ་ཡིན་ན་ཤེས་བྱ་ཡིན་ཞེས་པས་མ་བྱུང་པར་ཐལ། ཤེས་བྱ་  
 མིན་པའང་ཤེས་བྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཤེས་བྱ་མིན་པ་ཤེས་བྱ་ཡིན་ན། ཤེས་བྱ་  
 མིན་པ་ཤེས་བྱ་ཡིན་པར་འགྱུར་ལ། ཤེས་བྱ་མ་ཡིན་པ་ཡིན་ན་ཤེས་བྱ་ཡིན་  
 པར་ཡང་ག་ལ་འགྱུར། འདོད་ན། ཤེས་བྱ་མིན་པ་དང་ཡིན་པ་མི་འགལ་བས་  
 འགལ་བའི་གཞི་མཐུན་པ་ཡོད་པར་འགྱུར་ལ། བན་ཚུན་སྤང་འགལ་མེད་  
 པར་འགྱུར་ངོ། །གྱུར་ན། ཡིན་པ་དང་མིན་པ་གང་བློན་བློན་དུ་ཁས་སྤང་རུང་  
 བར་འགྱུར་ངོ། །གཞལ་བྱ་རྟག་པ་སོགས་ཀུན་ལ་དེས་འགྲོ། དོན་ལ་ཤེས་  
 བྱ་མིན་པ་ཞེས་པས་ཤེས་བྱ་ཡིན་པ་བཀག ཤེས་བྱ་མིན་པ་ཞེས་པས་ཤེས་བྱ་  
 མིན་པ་མི་འགོག་ན། ཡིན་མིན་གྱི་སྒྲི་དངོས་འགལ་མིན་པར་འགྱུར་ངོ། །དེ་  
 སྲིད་ན། ཀ་བ་ཡིན་པ་དང་མིན་པ་གཉིས་གཞིག་ཅིག་ཏུ་ཡང་མི་འགལ་བ་སོགས་  
 མཐའ་ཡས་སོ། །དེ་ལྟར་ལུས་སྤྱི་ཡིན་མིན་གཉིས་ཀར་ཁས་ལེན་རུང་བར་  
 འགྱུར་ངོ། །དེས་ན་ཤེས་བྱ་མིན་པ་རྣམ་པ་ཀུན་ཏུ་ཤེས་བྱ་མིན་མོད། ཤེས་

བྱ་མིན་པར་གཙོད་པའི་རྒྱ་དོན་ནི་ཤེས་བྱ་ཡིན་ཏེ། རི་རྩ་ཤེས་བྱ་མིན་པའང་།  
 རི་རྩའི་རྒྱ་དོན་ཅམ་གྱི་སྒོ་ནས་རི་རྩ་ཤེས་བྱ་མིན་པར་ཤེས་བྱ་ཡིན་པའི་ཚིག་གི་  
 ཤན་མ་ཐུང་པའོ། རྟག་པ་རྟག་པ། རྟག་མིན་རྟག་པའང་། རྟག་པ་མིན་ཚད་  
 མ་བཟུང་ན་དེ་འདྲ་མང་། དོན་གྱི་རྟག་པ་མིན་པ་རྟག་པ་མིན་ཏེ། རྟག་པ་མིན་  
 པ་ནི་མི་རྟག་པ་ལ་གོ་དགོས་ཏེ། དེ་གཉིས་སྤང་འགལ་ཡིན་པ་གཞུང་གྱི་  
 ལུགས་ཡིན་ལ། ཁྱོད་ལྟར་ན་དེ་གཉིས་མི་འགལ་ཞེས་ཁས་ལེན་དགོས་སོ། །  
 རྟག་པ་མ་ཡིན་པའི་རྩ་སྒྱི་ལ་རྟག་པ་ཡིན་ཡང་། དེ་དོན་གྱི་རྟག་པ་མིན་པ་  
 མིན་ཏེ་རྟག་པ་ཡིན་པའི་ཐུང་། དོན་གྱི་དབང་དུ་བྱས་པ་དབང་བཅོན་ཏེ། འཇིག་  
 རྟེན་དང་བསྟན་བཅོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་འཆད་ལུགས་འདི་ཡིན་ལ། ཁྱོད་ཀྱིས་  
 ཚིག་རིས་ཅམ་གྱི་དམ་བཅའ་འདི་མི་བརྟན་སྟེ། རྟག་པ་མིན་པ་རྟག་པ་ཡིན་  
 པར་བྱབ་མཐའ་བཅད་མི་འོས་ཏེ། ལུས་པ་ཚེས་ཅན། རྟག་པ་ཡིན་པར་ཐལ།  
 རྟག་པ་མིན་པ་ཡིན་པའི་ཐུང་། རྟག་ས་དངོས། བྱབ་པ་ཁས་འདོད་མི་རུས་སོ། །  
 ཤེས་བྱ་མིན་པ། རི་རྩ་དང་རྒྱ་རྟག་པ་སོགས་འཕང་། རི་རྩ་མེད་པ་དང་རྒྱ་རྟག་  
 པ་མེད་པར་ཤེས་བྱ་ཡིན་གྱི། དེ་རང་ཉིད་ཤེས་བྱ་མིན་ནོ། །དོན་གྱི་དབང་དུ་  
 བྱས་ན་བྱབ་མཐའ་འཆད་རུས་ཏེ་གོང་བཞིན། ཤེས་བྱ་མིན་པ་ཡིན་ན་ཤེས་  
 པ་ཡིན་པས་བྱབ། བྱས་པ་ལ་ཁོ་ན་རེ། ཤེས་བྱ་མིན་པ་ཚེས་ཅན། ཤེས་བྱ་  
 མིན་པར་ཐལ། འདོད་ན། དེ་ཤེས་བྱ་ཡིན་པར་ཐལ། ཤེས་བྱ་མིན་པར་ཤེས་  
 བྱ་ཡིན་ཏེ། རི་བོང་རྩ་ཤེས་བྱ་མིན་པར་ཤེས་པ་བཞིན་ནོ། །དེའི་དོན་ནི། ཤེས་



བྱ་མིན་པ་རི་བོང་རྩ་ཉིད་ཤེས་བྱར་སོང་བ་མིན་ཏེ། རི་བོང་རྩ་ཤེས་བྱ་མིན་པར་  
 ཤེས་བྱར་སོང་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཚིག་འདྲ་ཡང་དོན་མི་འདྲའོ། །ཤེས་བྱ་མིན་  
 པ་ཤེས་བྱ་ཡིན་ཞེས་པ་ཤེས་བྱ་མིན་པའི་དོན་གྱི་གཞི་འཛིན་དགོས་ཏེ་ཤེས་བྱ་  
 མིན་པའི་དོན། གང་ལ་བརྟེན་དེ་འཇུག་པ་དེ་ལ་བསམས་ནས། དེ་ལྟར་སྒྲུས་  
 ཚེ་རི་རྩ་ཤེས་བྱ་མིན་པར་གོ་ཡི། ཤེས་བྱ་མིན་པ་རི་བོང་རྩ་ཤེས་བྱ་ཡིན་པར་  
 ག་ལ་གོ་སྟེ། ཁྱེད་ལྟར་ན། ཤེས་བྱ་མིན་པ་ཞེས་པའི་ཚིག་གི་ནུས་བཅད་དེའི་  
 དོན་ལྟར་ཤེས་བྱ་མིན་པ་ཤེས་བྱ་ཡིན་ཞེས་དངོས་འགའ་སྒྲུབ་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལྟ་  
 བ་རི་རྩ་ཤེས་བྱར་ཁས་བླངས་བར་འགྱུར་རོ། །འདི་ཡག་པོ་འདུག་ཁྱེད་ལ།  
 རི་རྩ་ཚོས་ཅན། ཤེས་བྱ་ཡིན་པར་ཐལ། ཤེས་བྱ་མིན་པར་ཤེས་བྱ་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར། ཞེས་ཐལ་བ་འཕང་ན། མ་ཁྲབ་པའི་ལན་འདེབས་པའི་དོན་བདག་གི་  
 རྗེས་སུ་འབྱུང་བ་མིན་ནམ། ཉ་ཉ། སྦྱིའི་དབྱེ་བ་ལ། ཚོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྦྱི་  
 ཡིན་པ། བྱེ་བྲག་པའི་སྦྱི་ཡིན་པ་གཉིས། དང་པོ་ཤེས་བྱ་དང་གཞལ་བྱ་གཞི་  
 གྲུབ་ལྟ་བུ། གཉིས་པ་དངོས་པོ་དང་དངོས་མེད་ལྟ་བུ། བྱེ་བྲག་ཏུ་དབྱེ་ན། གཞི་  
 འགའ་ལ་ལྟོས་ནས་ཀ་བུམ་གཉིས་ཀྱི་སྦྱི་ཡིན་པ། ཀ་བའི་ཡིན་ལ་བུམ་པའི་  
 མིན་པ། བུམ་པའི་ཡིན་ལ་ཀ་བའི་མིན་པ། གཉིས་ཀའི་སྦྱི་ཡིན་ཡང་སྦྱིར་སྦྱི་  
 ཡིན་པ་བཞི། དང་པོ་དངོས་པོ་ལྟ་བུ་གཉིས་པ་ཀ་བའི་བྱེ་བྲག་གཏུང་འདེགས་  
 ཀྱིས་དོན་བྱེད་ལུས་པ་ཡིན་པས་ཀ་བའི་ཡིན་ལ་བུམ་པའི་མིན་པ་སོགས་བརྗོད་  
 ལུ་ཀྱི་དུ་མ། གསུམ་པ་བུམ་པའི་བྱེ་བྲག་སོགས་དང་ཀ་བ་མིན་པ་སོགས་

སོ། །བཞི་པ་རྟག་པ་སོགས་སོ། །ཆོས་དབྱིངས་ཀྱིས་མ་བསྐྱས་པའི་ཤེས་བྱ་  
མེད་ཀྱང་དེ་ལ་སྦྱིད་དང་བྱེ་བྲག་གི་ཐ་སྙད་གདགས་པ་མེད་དེ། གཉིས་ཆོས་མེད་  
ནཔའི་ཕྱིར་རོ། །ཆོས་དབྱིངས་ཀྱི་དོན་སྦྱིན། དོན་དམ་པའི་བྱེ་བྲག་དང་། ཤེས་  
བྱའི་བྱེ་བྲག་རྟག་གདགས་ནའང་། ཆོས་དབྱིངས་རང་གི་དོ་བོ་ཆོས་གང་གི་བྱེ་  
བྲག་ཡིན་ཏེ། དེ་ལས་གཞན་པའི་སྦྱི་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་གང་གི་སྦྱི་མིན་ཏེ་  
དེའི་བྱེ་བྲག་མེད་དོ། །དེས་ན། ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་ལ་དབྱེར་མེད་ཕྱིར། ཞེས་  
འདོད། འོན་ཆོས་ཅན་སོ་སོ་ལ་ལྟོས་ནས། སྤང་པའི་གཟུགས་ཀྱི་དེ་ཉིད། ཆོར་  
བའི་དེ་ཉིད་སོགས་སྤྱུ་འབྱེད་པ་ཡོད་ཀྱང་ཐ་སྙད་དུ་སྟེ། དོན་དམ་པར་དེ་དག་  
གི་ཆོས་ཉིད་ཐ་དད་དུ་མེད་དེ། འདས་པའི་དེ་བཞིན་ཉིད་དང་སོགས་གསུངས་  
པ་བཞིན་ནོ། །ཆོས་དབྱིངས་བདེན་པ་གཉིས་སྤྱེ་བའི་དོན་དམ་དུ་འཛོག་  
ཀྱང་། ཀུན་རྫོབ་ལས་ཐ་དད་དུ་ཡོད་པ་མིན་ཏེ། ཀུན་རྫོབ་དོན་དམ་དབྱེར་  
མེད་པའི་ཆོས་ཉིད་ཡིན་གྱི། དེ་ལས་དེ་གཉིས་ཐ་དད་དུ་ག་ལ་ཡོད། དེས་ན་  
དེའི་དབང་དུ་བྱས་ན། ཆོས་དབྱིངས་ཐིག་ལེ་ཉག་གཅིག་སོ་སོ་རང་རིག་གི་  
ཡུལ་ལས། ཐ་སྙད་དུ་བྱ་བ་གང་ཡང་མེད་དོ། །དེའི་ཕྱིར་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་ནི་  
ཆོས་ཞེས་ཀྱང་མི་བྱ། ཆོས་མིན་པ་ཞེས་ཀྱང་མི་བྱ་སྟེ་ཐ་སྙད་ལས་འདས་པའོ། །  
འོན་ཆོས་དབྱིངས་ཡང་དག་མཐའ་སོགས་སྤྱུ་ཐ་སྙད་བྱས་པ་དོན་མེད་པར་  
ཐལ་ཞེན། སྦྱོན་མེད་དེ། ཐ་སྙད་ཐམས་ཅད་བྱལ་བའི་སོ་སོ་རང་རིག་གི་  
ཡུལ་དེ་ལ་དེ་ལྟར་བདགས་པ་ཡིན་གྱི། ཆོས་དབྱིངས་སོགས་ཀྱི་དོ་བོར་དམིགས་

པ་ནི་གང་ཡང་མེད་དོ། རྒྱུ་མཆོད་། ལུས་སྤྱི་དེ་ལུས་སྤྱི་མིན་ཟེར་ན། དངོས་  
 བོ་ལུས་པའི་སྤྱི་མིན་པར་ཁས་ལེན་ཡང་། ལུས་སྤྱི་དངོས་པོ་མིན་སྐྱེས་པ་དེ་  
 ཡིན་ཡང་། ལུས་སྤྱི་དངོས་པོ་མིན་དོན་ལུས་སྤྱི་ཞེས་པའི་སྤྱོད་དོན་ཡིན་ལ། དེ་  
 གཞན་སེལ་ལམ་ལྟོག་པ་དངོས་མེད་ཡིན་པས། དེའི་ཚུལ་ལྟར་ན་སྤྱོད་དོན་ཐམས་  
 ཅད་དེ་དང་འདྲ་མོད། ལུས་སྤྱི་ལུས་སྤྱི་མིན་པའི་བརྗོད་ཚུལ་ལ་ལྟོས་པའི་རྒྱ་  
 མཚན་སྤྱོད་ཡོད་མོད། དེ་ཆོག་གི་འདོག་ཚུལ་ཙམ་ཡིན་པས། དེས་དོན་གྱི་  
 ལུས་སྤྱི་ལུས་སྤྱི་མིན་པའི་གོ་བ་འགོག་མི་ལུས་ཏེ། མི་དེ་སྤྱོད་ཙམ་གྱི་ཆ་ནས་  
 མི་ཇས་སྤྱི་མ་ཡིན་ཡང་། མི་ཞེས་པའི་སྤྱོད་དེས། དོན་གྱི་བརྗོད་བྱ་མིན་ཆད་  
 བརྗོད་གྱི། མི་མིན་ཇས་སྤྱི་བརྗོད་པ་ལྟར་ན་ཀུན་ཁས་མི་ལེན་ཏེ། མི་ཡིན་  
 བ་གང་ཟག་མིན་པ་དང་། མི་མི་ཡིན་སོགས་ཁས་ལེན་པ་བཞིན་ནོ། མི་མིན་  
 བ། མི་ཞེས་པའི་མིང་གིས་གང་ཟག་དང་དངོས་པོ་ཅན་མི་གོ་བས། མི་ཡིན་  
 བ་ཏྟག་པ་དངོས་མེད་དུ་ཁས་ལེན་དགོས་ན་དེ་མི་སྤྱིད་པ་བཞིན་ནོ། །ཏ་ཏ།  
 དངོས་པོ་ལུས་པ་ལྟ་བུའི་མིང་དང་། དངོས་མེད་རི་རྩ་ལྟ་བུའི་མིང་གང་ཡིན་  
 རུང་མིང་ཡིན་ཆད་ལ་སྤྱོད་དོན་ཙམ་ལས་རང་མཚན་དངོས་བརྗོད་མི་སྤྱིད་ཀྱང་།  
 དབྱེད་ན། མིང་གི་དངོས་གྱི་བརྗོད་བྱ་སྤྱོད་དོན་ཡིན་མོད། མིང་གི་བརྗོད་བྱ་སྤྱོད་  
 དོན་འབའ་ཞིག་གི་ཚུལ་དུ་མི་གོ་སྟེ། ཞེན་པས་བརྗོད་བྱ་རང་མཚན་ལ་གོ་བས་  
 བརྗོད་འབྱོར་པ་ཡིན་པས། ལུས་སྤྱི་འདྲ་དངོས་པོ་སོགས་ལ་གོ་བུ་སྟེ། སྤྱོད་དོན་  
 ཀྱང་པ་ལ་མི་གོ་འོ། རི་རྩའི་མིང་ལ་སྤྱོད་དོན་ཙམ་ལས་རང་མཚན་མེད་མོད།

འོན་ཀྱང་རི་རྩའི་རང་མཚན་མེད་པའི་དབང་གིས་རི་རྩ་མེད་ཅེས་བརྗོད་པ་ཡིན།  
སྒྲ་དོན་ཡོད་ཀྱང་དེ་རི་རྩ་མིན་ནོ། །རི་རྩ་ནི་རི་བོང་གི་མགོ་ལ་སྒྲུལ་པའི་རྩའི་  
རྣམ་པར་འཛིན་དགོས་ཀྱི། དེ་མི་འཛིན་ན་རི་རྩའི་རྣམ་པ་མི་འཆར་ལ། མ་  
ཤར་ན་མེད་པར་ཡང་མི་ཤེས་སོ། །འབུམ་པ་ཞེས་བརྗོད་ཆེ་ལྟ་ལྟོར་པའི་རྣམ་  
པར་འཛིན་གྱི། སྒྲ་དོན་ཅུམ་ལ་ལྟ་ལྟོར་ག་ལ་ཡོད། དེ་བཞིན་མེ་ཆ་བར་འཛིན།  
མེ་ཡི་མིང་ལ་ཆ་བ་ག་ལ་ཡོད། ཡོད་ན་མེ་བརྗོད་ཆེ་ཁ་འཚིག་པར་ཐལ་ལོ། །  
སྒྲ་དོན་ལ་ཆ་བ་ག་ལ་ཡོད། དེ་བཞིན་ཐམས་ཅད་ལ་ཤེས་པར་བྱའོ། །སྦྱིར་  
འབུམ་པ་སོགས་སྒྲ་འི་རྣམ་པ་ཅད་ཀྱིས་ཇི་ལྟར་བཅད་པ་བཞིན་དོན་སོ་སོར་སྟོན་  
པ་དང་། འབུམ་པ་དེ་འབུམ་པ་ཡིན་ཡང་། འབུམ་པ་འབུམ་སྦྱི་མིན། འབུམ་པའི་བྱེ་བྲག་  
མིན། འབུམ་པའི་རྒྱ་མིན། འབུམ་པའི་འབྲས་འབུམ་མིན་སོགས་སྒྲ་འབུམ་པ་ལས་ལྟག་  
ཆད་ལ་རང་རང་གི་གོ་རྒྱུ་ཡོད་དེ། འབུམ་པ་ཞེས་ལྟ་ལྟོར་བ། འབུམ་སྦྱི་ཞེས་དེའི་  
སྦྱི་ལ་གོ་བས། སྒྲ་ཅུམ་གྱིས་གོ་བྱ་ཐ་དད་དེ་ལྟར་ཡིན། དེའི་དབང་དུ་འབུམ་སྦྱི་  
འབུམ་པ་མིན་སོགས་འགྲེ། འབུམ་སྦྱི་ཡིན་ཞེས་གོ་དགོས་ཏེ། སྒྲ་དོན་ཐམས་  
ཅད་རང་རང་མིན་པ་དེས་མི་གོ། །འབུམ་པ་འང་འབུམ་པ་ཡིན་པར་འདྲ། འབུམ་སྦྱི་  
མིན་པ་འབུམ་སྦྱི་མིན་ཏེ། འབུམ་པ་མིན་པ་འབུམ་པ་མིན་པ་བཞིན་ནོ། །འབུམ་པ་  
མིན་པ་ཞེས་པའི་མིན་པའི་སྒྲས་འབུམ་པ་མིན་ཆད་གོ། །ཁ་དོག་གི་སྒྲ་དོན་སྟོན་  
པོ་མིན། དཀར་པོ་མིན་སོགས་འདྲ། སྟོན་པོ་དང་ཁ་དོག་སྒྲ་དོན་ཐ་དད་གོ་  
རྒྱུ་ཡོད་ཀྱང་། སྟོན་པོ་ཁ་དོག་ཡིན་ཟེར་དགོས་ཏེ། སྟོན་པོའི་སྒྲས་ཁ་དོག་



སྤྱི་འདི་ཁྱོད་ཁྱོད་ཡིན་ཡང་ཡིན་ལ། མིན་ཡང་མིན་པར་འདོད་དགོས་ཏེ། དང་  
པོ། བུམ་སྤྱི་བུམ་སྤྱི་མིན་ན། བུམ་པའི་མིན་པ་འང་བུམ་སྤྱི་མིན་པར་འགྱུར།  
བུམ་སྤྱི་བུམ་སྤྱི་མིན་པར་རང་གིས་ཁས་སྤངས་པས་སོ། །བུམ་སྤྱི་མིན་པ་བུམ་  
སྤྱི་ཡིན་པར་སངས་བུམ་སྤྱི་ཡིན་གོ་ཚད་ན། བུམ་སྤྱི་བུམ་སྤྱི་ཡིན་པར་ཁས་  
སྤངས་སོ། །བུམ་སྤྱི་མ་ཡིན་པ་བུམ་སྤྱི་ཡིན་པ་འང་བུམ་སྤྱི་མིན་པར་འགྱུར་  
རོ། །ཞེས་དབྱུང། དཔུས་གྲུའི་ཀ་བུམ་འགལ་འཛོག་འདི། ཡན་ཚུན་སྤང་  
འགལ་གྱི་གནད་ལས་ཡིན་ཏེ། བུམ་པ་ཡིན་པ་དང་བུམ་མིན་འགལ་ལ། ཀ་  
བ་བུམ་མིན་གྱི་བྱུང་བྱ་ཡིན་པས་དེ་གཉིས་ཀྱི་གཞི་མཐུན་མི་འོང་བ་ཡིན་པ་ལ་  
འགལ་བར་བརྟེན་ཀྱང་། ལྷན་ཅིག་མི་གནས་འགལ་གྱི་དོན་མེད་དེ། ཕྱགས་  
འདིན་བུམ་པ་མེད་དེ་ཀ་བ་ཡོད་པའི་བྱིར་ཞེས་མི་ཞེགས་ཀྱང་། ཡན་ཚུན་སྤང་  
འགལ་དངོས་ཡིན་ལ་བརྟུན་འགལ་དངོས་མིན་ཏེ། འོན་ཀྱང་བརྟུན་འགལ་  
འདྲའོ། །དེ་ལྟ་ན་ས་སྤྱུག་གཉིས་ཀྱང་འགལ། འགལ་འབྲེལ་གཉིས་ཡིན་དུ་  
ཁས་ལེན་དགོས་སམ། ཆ་ནས་ལན་གཉིས་སུ་བཞག་ཀྱང་མི་སྤྱོད་ནམ་མེད་  
ལ་འང་དེ་འདྲ། དངོས་པོ་དང་བུམ་པ་ལ་དབྱུང་ན་ཀ་བུམ་མི་འགལ་གྱི། ཀ་  
བ་ཡིན་པ་དང་བུམ་པ་ཡིན་པ་འགལ་ཟེར་རམ་ཞིབ་ཏུ་དབྱུང། སྤྱི་སྤྱི་ཡིན་ནམ་  
མིན། ཡིན་ན་བུམ་སྤྱི་འང་བུམ་སྤྱི་སྟགས་ཡིན། མིན་ན། སྤྱི་མིན་སྤྱི་ཡིན་སྟགས་  
རྒྱ་མཚོན་ཅི་སྟགས་དབྱུང། བུམ་སྤྱི་ལ་བསམ་ནས་ཁྱོད་ཁྱོད་མིན། ཁྱོད་མིན་  
ཁྱོད་ཡིན་དུ་ཁས་ལེན་ན་སྤྱི་ཡིན་སྤྱི་མིན། སྤྱི་མིན་པའི་ཆ་ནས་ཁྱོད་ཁྱོད་ཡིན་



མིན་སྟགས། བྱེ་བྲག་སྤྱི་ཡིན། སྤྱི་བྱེ་བྲག་མིན་པར་ཁས་ལེན། ཤེས་བྱའི་བྱེ་  
བྲག་སྤྱི་ཡིན། སྤྱི་པའི་བྱེ་བྲག་ཤེས་བྱ་མིན་ཟེར་ན། གསེར་སྤྱི་ཚོས་  
ཅན། ཤེས་བྱ་མིན་པར་ཐལ། སྤྱི་པའི་བྱེ་བྲག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བརྗོད། ཡིན་  
ཟེར་ན། ཤེས་བྱའི་སྤྱི་སྤྱི་ཡིན་པར་ཐལ། སྤྱི་པའི་བྱེ་བྲག་ཤེས་བྱ་ཡིན་  
པའི་ཕྱིར། བརྗོད། དེ་ཡང་བརྗོད་འདོད་ཀྱི་སྤྱི་དང་ཤེས་བྱ་སྤྱི་བྱེ་བྲག་འཛོག་  
ཚུལ་བརྗོད་ནས་ཆོག་འདི་བརྗོད་པའི་སྐབས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། གཞན་དུ་སྤྱི་  
པའི་བྱེ་བྲག་ཆོས་ཅན་དུ་བཟུང་ནས་དེ་ཤེས་བྱ་ཡིན་མིན་བརྗོད་ན་དེ་ལྟར་ཏེ།  
འདིར་ཆོག་མ་བྱེ་བར་སྐམ་པའི་ངག་སྟེ། དེར་སང་གི་ཚུང་པ་ཐམས་ཅད་འདི་  
འདྲ་ལས་ཆོག་གི་སྤྱི་པ་ཆོད་རྒྱུ་མེད་ཚུལ་བཤད་སྟགས་དབྱུང། མེ་བྱ་རྒྱ་བཅུ་  
ཆོས་བཅོ་བརྒྱད་ལ་དྲན་དག ཡང་སྤྱི་པ་ཤེས་བྱའི་བྱེ་བྲག་ཡིན། ཤེས་བྱ་  
སྤྱི་པའི་བྱེ་བྲག་མིན་སྟགས་གང་འགྲིགས་དང། ལ་འོལ་ཁས་ལེན་དང་བསྐྱེན་  
ཏེ་བརྗོད་འདོད་གཙོ་བོ་མི་བྱེད་པར། རྒྱ་རྒྱུང་ཅམ་གཙོ་བོར་བྱེད་ན་རང་ལྷགས་  
ཁས་ལེན་གང་ཡང་མི་འགྲུབ་ཚུལ་དབྱུང། དག །ཁྱི་རྒྱ་རྒྱ་བོའི་རྒྱུད་ན་  
སྤྱི་པས་བཅུའི་ཡེ་ཤེས་དང་ལྷན་པ་ཡོད་གསུངས་པ་རྒྱལ་བ་དང་རྒྱལ་ཚབ་  
བྱམས་པ་མེད། དེ་མེད་པར་ཐལ། ཁྱི་རྒྱ་རྒྱ་བོའི་རྒྱུད་ན་མཁྱེན་པའི་ཡེ་ཤེས་  
དེ་འདྲ་མ་དམིགས་པའི་ཕྱིར། ཞེས་པ་ཅམ་གྱིས་འགོག་ཁུས་རྒྱ་ཡིན་ན། དེ་  
ཅམ་བྱམས་པས་དགོངས་རིགས་ལ། ལས་སྤྱོད་འདྲ་ཞིག་ཡོད་ན། དེ་རྒྱུ་བ་  
བྱེད་པ་གང་སྤྱི་པ་འདྲ་མི་རིགས་ཏེ། ཚད་མས་པས་ལ་བྱིར་དེ་ལ་རྒྱུ་བ་བྱེད་སྤྱི་པ་



འདྲིལ་མཛོད་སྐྱེད་ཆོད་མས་བསལ་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེས་ན་དེ་འདྲ་སྣ་བའི་  
 མཁས་པར་སྒྲོམ་པ་ཡང་གཤེགས་སྒྲིང་ཡོད་གསུངས་ཚུལ་ཅུ་བ་ནས་མགོ་བའི་  
 སྒྲུབ་པོ་ཡིན། དེ་འདྲའི་གཞུང་དེས་སྐྱེད་ཆོད་ཀྱི་དངས་མི་ནུས་ཏེ། རང་གི་ཆོད་  
 མས་བསལ་བྱེད། ཁྱོད་སངས་རྒྱས་ཡིན་ཞེས་པ་བཞིན་ནོ། །དེས་ན་དེ་ལུང་  
 གིས་དང་དོན་དུ་སྒྲུབ་ཅི་དགོས། རིགས་བསལ་བའི་ཕྱིར་རོ། །ཁྱི་རྒྱ་  
 མཁུན་ལྟ་བུ་ཐལ་བ་འཕེན་པ་འདིས་རྒྱལ་ཆོད་ཀྱི་རྒྱུད་སྒྲུབ་པོ་བའི་འདྲ་ཞིག་  
 སྒྲུངས་པའི་རྟགས་རེད། དེ་ཡིན་ན་དེ་འདྲའི་གཞུང་མཛོད་སྐྱེད་ཆོད་ལ་བསྒྲོན་འདིར་  
 བ་ཅམ་ལ་སྐྱེད་ཆོད་ཆེས། ཆོས་ཅན། རྒྱ་བོའི་རྒྱུད་ན་ཆོས་ཉིད་གཤེགས་སྒྲིང་  
 གི་གང་བལ་བར་ཡོད་ཀྱང་། དེ་རང་རྒྱུད་ཀྱི་ཆོས་ཉིད་ལ་སྒྲིབ་པ་ཅན་ཡིན་པས་  
 མཛོད་དུ་མི་འགྱུར་ཞེས་གསུང་སྟེ་སྒྲིབ་བྱེད་ཀྱི་དྲི་མ་གསུངས་པ་དོན་ཡོད་ཀྱི།  
 མཛོད་རྒྱུར་དུ་བཞེད་ན་དཔེ་དགུས་ཚུལ་དུ་མི་སྟོན་ཏེ། དྲི་མ་དང་བལ་བའི་  
 བྱང་ཆུབ་བཞིན། མཛོད་དུ་མ་གྱུར་ཡོད་པ་ཅམ་གྱིས་དེ་སྟོབས་བཅུ་ལྟ་བུར་  
 མི་འགྱུར་ཏེ། དཔུལ་མོའི་ཁྱིམ་འོག་བཅམ་བཅམ་བཞིན་ནོ། །དེ་ཡིན་ཏེ། ཁྱིམ་  
 འོག་ན་གཏེར་ཡོད་ཀྱང་མ་ཤེས་པའི་དཔུལ་མོ་ཆོས་ཅན། ལྷག་པོ་ཡིན་པར་  
 ཐལ། ཁྱིམ་འོག་ན་གཏེར་ཡོད་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཞེས་སོ། །ལུས་པ་མིན་པ་  
 ཞེས་པའི་ཆོག་གི་རྣམ་གཅོད་ཀྱིས། ལུས་པ་མིན་ཆོད་ཀྱི་ཤེས་བྱ་ཀུན་སྟོན། ལུས་  
 པ་མིན་པའི་དངོས་པོ་ཞེས་བརྗོད་ན། དངོས་པོ་མི་གཅོད་པས་ལུས་པ་མིན་  
 པའི་བཅམས་ཤེས་ལྟ་བུ་མིན་གསུམ་བཟུང་། ལུས་པ་མིན་པའི་བཅམས་པོ་ཞེས་

པ་བརྗོད་ན། ལུས་པ་མིན་པའི་ཤེམས་པོ་འབའ་ཞིག་བཟུང་། ལུས་པ་མིན་པའི་  
ཀ་བ་ཞེས་བརྗོད་མི་དགོས་ཏེ། རོན་གྲུབ་པའི་ཕྱིར་རོ། །དོགས་པ་ཟ་བ་ཡོད་  
ན་བརྗོད་དེ། གཙོ་བོ་མིན་པའི་སྤྲོ་ཞེས་བརྗོད་པ་སོགས་ལྟ་བུའོ། །ཀ་ལུས་  
གཉིས་ལས་ལུས་པ་མིན་པ་ཞེས་བརྗོད་ན་ཀ་བ་ཁོ་ན་གོ་དེ་ལྟར་ཆོག་གི་རྣམ་  
བཅད་གྱི་དོན་སྟོན་ལུགས་སྣ་ཆོགས་སུ་འགྱུར་རོ། །ལུས་པ་ཡིན་པ་ལུས་པ་  
ཡིན་པའི་དངོས་པོ། ལུས་པ་ཡིན་པའི་ཤེམས་པོ་སོགས་བརྗོད་རིགས། ལུས་  
པ་ཡིན་པའི་ཤེས་པ་མི་སྤྲོད་སོགས་སོ། །སྤྱིར་སྤྲོ་ཡི་ལྟོག་པ་འམ་རྣམ་བཅད་  
ནས། ལུས་པ་ལུས་སྤྱི་མིན་པ་དང་། ལུས་སྤྱི་མིན་པ་ཞེས་པའི་སྤྲོ་དོན་དབང་  
ཆེ་བར་མ་བྱས་ཏེ། སྤྲོ་དོན་གྱི་འཇུག་པ་དབང་ཆེ་བར་བྱས་པའི་ལུས་མིན་ལུས་  
སྤྱི་ཡིན་པ་དོན་སོ་སོ་བ་བསྒྲུབ་ཏེ། དེ་འདྲའི་ལས་ལེན་སོང་བ་ཡིན་གྱི། གཉིས་  
ཀ་སྤྲོ་དོན་ལ་གོ་ན། ལུས་སྤྱི་ལུས་སྤྱི་ཡིན། དེ་མིན་ལུས་སྤྱི་མིན། གཉིས་ཀ་དོན་  
ལ་གོ་ན། ལུས་སྤྱི་ལུས་སྤྱི་མིན། དེ་མིན་ལུས་སྤྱི་མིན་པས་འདི་ལེགས་སོ། །  
སྤྱིར་རང་མཚན་ལ་གོ་དེ་མིན་སྤྲོ་དོན་ལ་གོ་ན། ལུས་སྤྱི་ལུས་སྤྱི་ཡིན། ལུས་  
སྤྱི་མིན་པ་ལུས་སྤྱི་མིན་སོགས་དབྱུང་། ལུས་པ་ཞེས་པ་མིང་ཡིན་ལ། ལུས་  
པའི་སྤྱི་སོགས་མིང་གཉིས་སྤྱར་ན་ཆོག་ཏུ་འགྱུར་བས་གོ་རྒྱ་གཅིག་མིན་པའི་  
ཕྱིར་རོ། །མིང་གི་གཞན་སེལ་ཙམ་གྱི་ཆ་ནས་བསམ་ན་མི་དེ་སྤྱིས་པ་སོགས་  
བྱེ་བྲག་རེ་རེ་ནས་མིན་ཡང་། མི་དེ་གང་ལ་འཇུག་པའི་དོན་གྱི་ཆ་ནས་བསམ་  
ན་བྱེ་བྲག་གང་ཡང་མིན་པའི་མི་མེད་དེ། མིའི་མཚན་གཞི་བཞག་ན་མིའི་བྱེ་

བྲག་ཅིག་འདྲིལ་གོ། མི་ཙམ་མི་འདྲིལ་པ་བཞིན་ནོ། མཚན་གཞི་མ་བཟུང་  
 བར་མཚོན་བྱ་མིང་ཙམ་གྱི་ཆ་ནས་དེ་ལྟར་ཡིན་ཡང་། མཚན་གཞི་བཟུང་ན་  
 རྒྱུས་པ་དེ་མི་ཡིན་སྟགས་བྱེ་བྲག་རེ་རེ་ནས་མི་ཡིན་དགོས་ཀྱང་། དེ་གཉིས་  
 མི་འགལ་ལོ། ཁོ་ཚུལ་གཉིས་ཡོད་པ་ཁྱད་པར་མ་སྒྱུར་བའི་མིང་བརྟུང་པའི་  
 སྐབས་དང་། སྒྱུར་བའི་ཆོག་བརྟུང་པའི་སྐབས་ཀྱི་ཁོ་ཚུལ་ཏེ། མི་ཞེས་དང་།  
 རྒྱུས་པ་མི་ཞེས་པ་བཞིན་ནོ། མི་མ་སྒྲོས་ཀྱང་རྒྱུས་པ་ཡིན་ན་མི་ཡིན་པར་དོན་  
 གྲིས་གོ་ཞིང་། མི་ཡིན་ན་རྒྱུས་པ་ཡིན་པར་མི་གོ་བ་བཞིན་ནོ། ཤེས་བྱ་ཡིན་  
 བ་ཏྲག་དངོས་སམ། དངོས་དངོས་མེད་རེ་རེ་མིན་པས་བྱབ་པ་ཁས་བླངས་  
 དགོས་ཀྱང་ཤེས་བྱ་ཙམ་ལྟོག་སྟེ། ཏྲག་པར་ཡང་ཁས་མི་ལེན། མི་ཏྲག་པར་  
 ཁས་མ་བླང་ན། ཤེས་བྱ་ལ་ཏྲག་མི་ཏྲག་གང་ཡང་མིན་པ་ཡོད་པར་འགྱུར་རོ་  
 ཞེན། སྒྲིན་མེད་དེ། ཏྲག་མི་ཏྲག་གང་ཡང་མིན་པའང་ཤེས་བྱ་ཡིན་ཏེ། ཏྲག་  
 མི་ཏྲག་གང་ཡང་མིན་པར་ཤེས་བྱ་ཡིན་ལ། ཤེས་བྱ་མིན་པ་ཤེས་བྱ་ཡིན་པར་  
 ཁས་ལེན་པ་བཞིན་ནོ། ཤེས་བྱ་མིན་པར་ཤེས་བྱ་ཡིན་ཞེས་པར། ཤེས་བྱའི་  
 མཚན་ཉིད་སྒྲོས་ཡུལ་དུ་བྱ་བྱུང་ཡིན། མཚན་བྱ་ཤེས་བྱ་མ་ཡིན་ན། མཚན་  
 ཉིད་སྒྲོས་ཡུལ་དུ་བྱ་བྱུང་མིན་པ་མིན་དགོས་པའི། སྒྲོས་ཡུལ་དུ་བྱར་མི་བྱུང་  
 བ་སྒྲོས་རི་ལྟར་ཤེས་ཞེས་དྲི། སྒྲོའི་ཡུལ་དུ་བྱར་མི་བྱུང་བར་ཤེས་ཞེན། སྒྲོས་  
 ཡུལ་དུ་བྱར་མི་བྱུང་བ་ཙམ་ཤེས་ཀྱང་། སྒྲོའི་ཡུལ་དུ་བྱར་མི་བྱུང་བའི་ཐ་སྙད་  
 ཤེས་ཀྱི། དོན་བྱར་བྱུང་མིན་པ་བྱར་བྱུང་དུ་སོང་བ་མིན་ནོ། ཤེས་བྱ་དང་གང་

ཟག་ཇུས་སྤྱི་མ་ཤེས་བྱ་དང་གང་ཟག་གི་མིང་ཡིན་གྱི་དོན་མིན། མིང་གི་དོན་  
ནས་ཤེས་བྱ་ཤེས་བྱ་ཡིན། མི་མི་ཡིན་ཞེས་ཁས་སྤང་དགོས་ཀྱང་། དེ་མི་མཚན་  
ཉིད་པར་ཁས་སྤང་བ་མེད་དེ། མི་བཏགས་པར་རམ། མིང་རམ། ཇུས་སྤྱི་མ་  
མི་མིན་པས་སོ། །སྟུང་དབུང་།

༡ སེམས་ཅན་གསར་སྐྱེས་མཚན་ལེན་སྟོར། སེམས་ཅན་ཡིན་ན། གསར་  
སྐྱེ་ཡིན་པས་ཟུབ། དེར་མ་ཟད་སྐྱེ་བ་ཐམས་ཅད་གསར་སྐྱེ་ཡིན་པས་ཟུབ། གདོད་  
ནས་སྐྱེ་བ་མི་སྤྱིད་པའི་ཕྱིར། བཅ་མཁའ་སོགས་སྐྱེ་ལྡན་མིན་པ་ནི། གདོད་  
ནས་མེད་པ་ཡིན་གྱི་སྐྱེ་བ་མིན་ཏེ། སྐྱེ་བ་མི་དྭགས་པ་དང་གསར་སྐྱེས་ཡིན་པས་  
ཟུབ་པས་སོ། །དེའི་དོན་མིན་ཏེ། སེམས་ཅན་སྟོན་མེད་གསར་སྐྱེ་ལམ། སྟོ་  
བར་དུ་བྱུང་བའི་དོན་གྱི་གསར་སྐྱེ་ཡོད་མེད་ཅོད་དོ་སྟུང་ན། སེམས་ཅན་སྐྱེ་  
ན་སྟོན་མེད་གསར་སྐྱེ་ལམ་སྟོ་བར་དུ་བྱུང་བ་ཡིན་པས་ཟུབ། སྟོན་ཡོད་སྐྱེ་བ་  
དང་། སྟོ་བར་མིན་པ་སྐྱེ་བ་མི་སྤྱིད་དོ། །སེམས་ཀྱི་རྒྱུན་གྱི་དབང་དུ་རྒྱུན་སྟོན་  
མེད་གསར་སྐྱེ་ལ་བཤད་དོ་བསམ་ན། སེམས་ཀྱི་རྒྱུན་ཞེས་པ་སྐྱད་ཅིག་མའི་  
ཆ་ལ་བཏགས་པ་ཡིན་ན། དེ་ཡང་གསར་སྐྱེ་མིན་པ་མེད་ལ། ཡོད་ན་གདོད་  
ནས་ཡོད་པ་ཡིན་གྱི་སྐྱེ་བ་མི་འཐད་དེ་གཞུག་སེམས་དང་ནམ་མཁའ་བཞིན་  
ནོ། །ནམ་མཁའ་ལ་རྒྱུན་མེད་དེ་སྐྱད་ཅིག་མ་མིན་པའི་ཕྱིར། བཅ་མཁའ་  
སྟུང་ཡོད་ཅིང་ཕྱིས་ཀྱང་ཡོད་པས་རྒྱུན་ཡོད་སྟུང་ན། དེ་ལ་རྒྱུན་དུ་འབྱུང་གྱི་  
སྐྱད་ཅིག་མ་མིན་ལ། སྟུང་དང་ད་ལྟའི་ཁྱད་པར་མེད་པས་རྒྱུན་གསུལ་ཡོད། ཅེས་

བྱེད། ཉ་ཉ། རྣམ་འགྲེལ་ལས། རྣམ་མེད་པ་འབྱུང་བ་ལ། །ཆགས་སོགས་  
 དེས་མེད་ཐལ་བར་འབྱུང་། །གསུངས། ས་སོགས་འབྱུང་བ་སེམས་རྒྱུ་ཡིན་པར་  
 །ཁས་ལེན་པ་རྒྱུང་འཕེན་པའི་ལུགས་ལ་འཇུག་གི་གདོད་མའི་འོད་གསལ་གྱི་  
 དང་ལས་འབྱུང་སེམས་སྒྲོ་བྱུང་བ་ལ་མི་འཇུག་སྟེ། འོད་གསལ་བའི་  
 སེམས་སྒྲོན་དུ་ཡོད་པ་ཡིན་པས་སེམས་གྱི་ཉེར་ལེན་སྒོར་སོང་མེད་པ་མིན་ལ།  
 འབྱུང་བ་མ་བྱུང་ན་སེམས་ཅན་དུ་འབྱུང་མི་སྲིད་པས། ལྷན་སྦྲེས་དང་ཀུན་  
 བཏགས་གྱི་མ་རིག་པ་ལས་འབྱུང་ཉེ་ར་བདག་ཏུ་བརྒྱུང་བ་དེ་སེམས་ཅན་གྱི་  
 ཐོག་མ་ཡིན་པས། དེ་ཕན་ཆད་དེ་ཡི་རིགས་འདྲའི་རྒྱུན་ལྷན་པ་རེ་བརྟན་སྟེ་  
 སོང་ནས་ལས་ཉོན་གྱི་དབང་གིས་ཁམས་གསུམ་རིགས་དུག་ཏུ་སྦྲེ་བ་ལེན་པ།  
 རི་སྲིད་འབྱུང་སེམས་ལྡོག་པའི་གཉེན་པོ་བདག་མེད་པའི་ཡེ་ཤེས་མ་སྦྲེས་པ་  
 དེ་སྲིད་དུ་རྒྱུན་ཡོད་ལ། མཐར་སེམས་ལྡོག་སྟེ་འོད་གསལ་བའི་དབྱིངས་སྟེ་  
 ཡེ་ཤེས་ཉིད་བཅན་པ་གཏན་སྲིད་ཟེན་པ་ཡིན་ནོ། །འབྱུང་བ་དེ་ནམ་བྱུང་ཞེས་  
 འབྱུང་སེམས་ཅན་གྱི་དུས་དང་ཡུན་གྱི་ཐོག་མ་འདི་ཞེས་བརྒྱུང་མི་རུས་ཏེ། ཐོག་  
 མ་མེད་པ་ནས་ཡོད་པ་ལྟར་རྟོག་པར་བྱེད་དོ། །ཆོས་དབྱིངས་ལ་སངས་རྒྱས་  
 སེམས་ཅན་གཉིས་ཀ་སྒྲོ་བྱུང་བར་མདོ་དང་བསྟན་བཅོས་ཆེན་པོ་ལས་གསུངས་  
 སོ། །སྒྲོན་ནས་སྒྲོ་བྱུང་བ་མིན་ན་ཕྱིས་ཀྱང་ལྡོག་པ་མི་སྲིད་དེ། རྣམ་མཁའ་  
 མེད་ན་སྒྲིན་དང་བཅས་པ། རྣམ་མཁའ་ཡོད་ན་སྒྲིན་ཡོད་པས་བྱུང་ན། ཕྱིས་  
 ཀྱང་སྒྲིན་དང་བྲལ་བའི་རྣམ་མཁའ་རྣམ་ཡང་མི་སྲིད་པ་བཞིན་ནོ། །དེས་ནི་

སྤྱིན་ནི་ནམ་མཁའ་ལ་གྲོ་བྱར་སྤྱེས་པ་ཡིན་ལ། རམ་མཁའ་ནི་མ་སྤྱེས་པ་ལོ། །  
ནམ་མཁའ་ཡོད་པ་ཙམ་ནས་སྤྱིན་ལྟ་སྤྱེས་ཡིན་ན། རམ་མཁའ་སྤྱིན་དང་  
བྲལ་བ་མི་བྱུང་ངོ་། །དེ་ལྟར་ཡང་ནམ་མཁའ་ལ་ཐོག་མ་མེད་པ་ལྟར། སྤྱིན་  
བྱུང་དུས་ཀྱི་ཚོད་བཟུང་ནས་ཐོག་མ་འདི་ཞེས་མི་ཟིན་པ་བཞིན་ནོ། །དང་པོ་  
ནམ་མཁའ་འདི་དབྱིངས་སུ་འཛིག་ཏེན་མ་ཆགས་གོང་ནམ་མཁའ་འབའ་ཞིག་ཡིན་  
པ་ལ། རྒྱུད་བྱུང་ནས་འཛིག་ཏེན་ཆགས་ནས་དེ་དུས་སྤྱིན་སོགས་ཡོད་པའི་ཆོ་  
ནམ་མཁའ་སྤྱིན་སོགས་ཀྱིས་སྤྱིབ་ཀྱང་འཛིག་ཏེན་ཞིག་ནས་ནམ་མཁའ་འབའ་  
ཞིག་གི་དང་དུ་རྒྱུར་ཆོ་སྤྱིན་དང་བྲལ་ཡང་ནམ་མཁའ་ཡོད་པ་ལྟར་ཡེ་ཐོག་འོད་  
གསལ་གྱི་དང་ལ་འབྱུལ་པའི་སེམས་ཅན་མ་བྱུང་བ་ནི་འཛིག་ཏེན་མ་ཆགས་  
གོང་ནམ་མཁའ་ལྟ་བུ་སྤྱི་གཞིའི་འོད་གསལ་ལོ། །འཛིག་ཏེན་ཆགས་པའི་སྐབས་  
ཀྱི་ནམ་མཁའ་ལྟར་གྲོ་བྱར་བའི་དྲི་མ་དང་བཅས་པའི་འོད་གསལ་ལོ། །  
འཛིག་ཏེན་ཞིག་པའི་རྗེས་ཀྱི་ནམ་མཁའ་ལྟ་བུ་ནི། སེམས་ཟད་ནས་འབྲས་  
བུའི་འོད་གསལ་ལྟ་བུ་ལོ། །འོ་ན་སེམས་ཅན་རྣམས་གདོད་མའི་དབྱིངས་སུ་  
སེམས་ཟད་ནས་གྲོལ་ཏེ། ཡང་འཛིག་ཏེན་ཆགས་པ་ལྟར་འབྲས་བུ་ཐོབ་ཀྱང་  
ཕྱིས་སྤྱར་ཡང་འབྱུལ་བ་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། མ་ཡིན་ཏེ། འཛིག་ཏེན་སྤྱི་མ་སྤྱར་  
བྱུང་བ་མ་ཡིན་ཏེ་སྤྱེས་ཟིན་འགག་ཟིན་སྤྱི་བཟེད་དེ། སྤྱི་བཟེད་པའི་སེམས་  
ཅན་སྤྱི་བཟེད་ལོ། །གྲོལ་ཟིན་རྣམས་སེམས་ཀྱི་རྒྱ་བ་གཏན་འཇགས་ལེ་གསལ་  
སུ་རྒྱུར་བ་ན། འབྲས་བུ་སྤྱིན་པ་རྒྱུར་མི་ལྷོག་པ་རྫོགས་ཆེན་རྒྱུད་སྤེར་གསུངས་

པ་བཞིན་ནོ། །འོ་ན་གདོད་མའི་མགོན་པོ་གཅིག་ཡིན་ནམ། སེམས་ཅན་གྱི་  
 ཁམས་རེ་རེ་ཆགས་པའི་ཐོག་མ་དང་དུས་མཉམ་རེ་རེ་ཡོད་ཟེར་ན། རེ་རེ་ཡོད་  
 གྱུར་སྒྲར་གྱི་གདོད་མའི་མགོན་པོ་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་དུས་ཀྱི་ཡིན་ནོ། །དེ་གང་  
 ཡིན་ཡང་གདོད་མའི་མགོན་པོ་ཡིན་ཏེ་འབྲུལ་མ་སྤྱོད་པའི་སངས་རྒྱས་ཡིན་ལ།  
 ཆོས་སྤྱི་དབྱིངས་སུ་སངས་རྒྱས་ནས་ཁྱད་པར་མེད་གྱུར། སྤོང་གི་ཐུགས་  
 རྗེ་སོགས། སངས་རྒྱས་གཅིག་མིན་མང་པོ་འདྲ་མིན། ཞེས་པ་བཞིན་ནོ། །མདོར་  
 བ་འབྲུལ་པ་སྒོ་བྱུང་བྱུང་ན་འགྲོ་བ་འབྱུང་གི་ མ་བྱུང་ན་སྒོ་ལ་བའང་མེད་པས་  
 སངས་རྒྱས་སེམས་ཅན་གྱི་ཐ་སྙད་དུ་མི་བྱ་སྟེ། གཞི་ནི་སངས་རྒྱས་མ་ཡིན་  
 སེམས་ཅན་མིན། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། འབྲུལ་ཐེབ་རེ་ལ་སེམས་ཅན་དུ་  
 མ་ཡིན་པ་བཞིན། གདོད་མགོན་དུ་མཉམ་གཅིག་གང་ཡིན་ཞེན། གཅིག་ཡིན་  
 ཏེ་གཞི་ལས་གཞི་སྤྱོད་ཤར་ཙམ་ནས་ང་བདག་ཏུ་མ་འབྲུལ་པའི་ཕྱིར་རྒྱུད་ཐ་  
 དད་ཀྱིས་སྤྱེ་བ་མེད་དོ། །སེམས་ཅན་ནི་དུ་མ་སྟེ་ང་བདག་ཏུ་བཟུང་བས་རྒྱུད་  
 དུ་མར་འགྱུར་དོ། །དེ་ཡང་སེམས་ཅན་གཅིག་སུ་ཞིག་ཡིན་ཅུང་དོ་ཟེར་ན། གཅིག་  
 སུ་ཞིག་ལས་མི་འབྲུལ་པའི་རེས་པ་མེད་དེ། དབྱིངས་ཀྱི་ངང་ལས་གཡོ་བྱེད་  
 ཀྱི་རྒྱུད་གཡོས་པས་དབྱིངས་ཀྱི་གར་བྱུང་སེམས་ཅན་ཆད་མེད་པ་འབྲུལ་ཅུང་  
 སྟེ། ཅུ་རྒྱུད་གིས་བསྐྱོད་པའི་ཅུ་བྱུར་བཞིན་ནོ། །འོ་ན་གདོད་མགོན་དུ་མཉམ་  
 སྤྱོད་དམ་སྟུམ་ན། སྤྱོད་གྱུར་ཉེས་པ་ཅི་ཡོད་ལ། འོ་ན་གྱུར་མི་སྤྱོད་དེ། ང་བདག་  
 ཏུ་མ་བཟུང་བ་དེ་ལ་རྒྱུད་ཐ་དད་ཀྱིས་སྤྱེ་བའི་དུ་མར་མི་འགྱུར་ཏེ། ཅུ་རྒྱུད་གིས་

བསྐྱོད་ཀྱང་ཆུ་བྱར་འབྱུང་བ་དེ་ཆུའི་རང་བཞིན་ལས་གཡོ་མ་རུས་པ་བཞིན་ནོ།།  
དྲ་ཏ། འོན་ཟླར་གྱི་གདོད་མའི་མགོན་པོ་སྟགས་དུ་མར་འབྱུར་རོ་ཞེན། ཐ་  
སྟོད་དུ་སྐྱོན་མེད་དེ། ཟླར་གྱི་སངས་རྒྱས། ད་ལྟ། མ་འོངས་པའི་དེ་བཞིན་ནོ།།  
གདོད་མགོན་ལ་གཞི་སྤང་གང་ཤར་ཡང་གོ་ལ་བ་ཡིན་ཏེ། ཟླར་གྱི་སངས་རྒྱས་  
ནམས་བཞིན་ནོ།། ཆོས་དབྱེངས་དང་དབྱེར་མེད་པའི་སྐྱུ་ལ་བྱད་མེད་དོ།། དེ་  
ལྟར་སྤྱིའི་གདོད་མགོན་དེའི་ཐོག་མ་གང་ཞེན། སྤོས་མི་ཟེན་པའི་ཐོག་མ་ཁས་  
མི་ལེན་ཏེ། ནམ་མཁའི་ཐོག་མ་བཞིན་ནོ།། སེམས་ཅན་སྤྱིའི་ཐོག་མའི་མཐའ་  
ཡང་དེ་བཞིན་ནོ།། བྱོགས་དུས་ཀྱི་ཚད་ནམ་ཡང་མེད་དེ་ཞེས་ཁས་སྤང་བར་  
བྱའོ།། དེ་ལ་སྐྱོན་གང་ཡང་མི་འདུག་གོ། འཛིག་རྟེན་འདི་ཆགས་ནས་བཟུང་  
སྟེ་དབྱད་ན་ཀུན་ལས་ཟླ་བར་སངས་རྒྱས་པ་སྟིང་ལ། ཀུན་གྱི་ཕྱིས་སངས་  
རྒྱས་སྟིང་པ་བཞིན། སེམས་ཅན་འབྱུལ་བ་དང་མ་འབྱུལ་བའི་གདོད་མགོན་  
སྟིང་པ་ཆོས་ཉིད་ཀྱི་ཡིན་ཏེ། འབྱུལ་མ་འབྱུལ་སངས་རྒྱས་སེམས་ཅན་གཉིས་  
སྟིང་པ་ལ་མི་སྟིང་བར་སྟུས་ཀྱང་སྒྲུབ་ཏུ་མེད། དེ་གཉིས་ཟླ་ཕྱིའང་སྟུས་གཞག་  
མི་རུས། གདོད་མགོན་མེད་ན་སེམས་ཅན་ཟླ། སངས་རྒྱས་ཕྱི་དགོས་ཏེ། འབྱུལ་  
ནས་སངས་རྒྱས་པ་ལས་མ་འབྱུལ་བའི་སེམས་ཅན་མི་སྟིང་དོ།། འཛིག་རྟེན་  
ཆགས་དུས་མཁའ་ལས་རྒྱུད་གཡོས་ནས་རྒྱུད་གཅིག་སྟུས་མཐུས་སྟོན་ནམས་  
ཆགས་རུས་ཀྱི། ས་སྟགས་སྟོན་སོང་གི་རིགས་འདྲའི་རྩལ་རྒྱར་མི་དགོས་པ་  
སངས་རྒྱས་པའི་ལུགས། དགོས་པ་གཅེར་བུ་པའི་ལུགས་ཡིན། སེམས་ཅན་



འབྲུལ་པའི་ཆོ་གུན་གཞི་འོད་གསལ་གྱི་ངང་ལས་ལས་རྒྱུད་གཡོས་པ་གཅིག་  
 ལུས་སེམས་ཅན་གྱི་ཁམས་དབང་བསྐྱེན་ལུས་ཀྱི་དབང་སོགས་པེམས་པོ་རིགས་  
 འདྲའི་རྒྱ་སྒོན་སོང་མི་དགོས་ཏེ་སེམས་ཀྱི་མཐུས་ས་སོགས་འབྱུང་གི་ས་སོགས་  
 ཀྱི་མཐུས་སེམས་བྱུང་བ་མིན་ནོ། །འཛིག་རྟེན་ཆགས་པ་འང་སེམས་ཅན་གྱི་  
 ང་བདག་ཏུ་འཛིན་པའི་མཐུས་སེམས་པས་འབྱུང་བ་ཡིན་པས། འཛིག་རྟེན་  
 ལྷ་ཚོགས་ལས་ལས་སྒྲེས། ཞེས་གསུངས་སོ། །དེས་ན་སྒྲོད་བཅུད་ཀྱི་འཛིག་  
 རྟེན་ལྷ་ཚོགས་འབྱུང་བའི་རྩ་བ་སྒྲོག་གི་རྒྱུད་གཡོས་པས་སེམས་སུ་ཤར་བ་ཡིན་  
 པས། རྒྱུ་རྒྱུད་གཅིག་པུ་དེ་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་པར་འཆར། ཞེས་གསུངས་  
 སོ། །

༥ བཀྲ་ཤིས་ཁས་ལྷན་སྒྲོར། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་དགོ་རྩ་མ་ཆད་པར་  
 ཁས་ལེན་ཏེ། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་དགོ་རྩ་ཆད་པ་རྣམ་པ་ཀུན་ཏུ་མི་སྲིད་  
 པའི་ཕྱིར། རྟགས་བྱུང་པའི་ལན་འདེབས་མི་བྱས་སོ། །ལྷས་བྱིན་ཚེས་ཅན།  
 དགོ་རྩ་མ་ཆད་པར་ཐལ། ཅིའི་ཕྱིར་ན་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་དགོ་རྩ་མ་ཆད་  
 པའི་ཕྱིར་ཞེན། བྱུང་བ་མེད་དེ། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་དགོ་རྩ་མ་ཆད་ཀྱང་  
 ལྷས་བྱིན་གྱི་དགོ་རྩ་རེ་ཞེས་ཆད་པ་འཐད་དོ། །དེ་བཞིན་སེམས་ཅན་ཐམས་  
 ཅད་བདེ་ཞིང་སྦྱིད་པ་མ་ཡིན་པ་མེད་དེ། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་མི་བདེ་མི་  
 སྦྱིད་པ་རྣམ་པ་ཀུན་ཏུ་མི་སྲིད་པའི་ཕྱིར། དཔུལ་པའི་སེམས་ཅན་ཚེས་ཅན།  
 བདེ་ཞིང་སྦྱིད་པ་ཡིན་པར་ཐལ། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བདེ་ཞིང་སྦྱིད་པ་ཡིན་

པའི་ཕྱིར་ཞེན། མ་ཁྱབ་པ་གོང་བཞིན། དེ་བཞིན་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཤེས་  
རབ་ཅན་ཡིན་ཏེ། སེམས་བྱུང་ཤེས་རབ་མེད་པའི་སེམས་ཅན་མི་སྲིད་པའི་ཕྱིར།  
སེམས་ཅན་སླུན་པོ་མེད་པར་ཐལ། རྟགས་དེའི་ཕྱིར་ཞེན། མ་ཁྱབ་སྟེ། སེམས་  
བྱུང་ཤེས་རབ་ཅན་ཡིན་ཡང་། སེམས་ཅན་ཁ་ཅིག་རེ་ཞིག་སླུན་པའི་ཐ་སྟང་  
གདགས་བྱར་གྱུར་པ་ཡོད་དོ། །འོན་ཀྱང་། སེམས་བྱུང་རྫོངས་པ་མེད་པའི་སེམས་  
ཅན་མེད་པས་ཐམས་ཅད་སླུན་པོར་འགྱུར་རོ་ཞེན། སེམས་བྱུང་རྫོངས་པ་མེད་  
པའི་སེམས་ཅན་སྲིད་དེ་འཕགས་པ་རྣམས་ཡིན་ནོ། །དགེ་སྤྱི་གཉིས་ལས་  
དགེ་བ་སྟོབས་ཆེ་སྟེ། ཟག་མེད་གྱི་དགེ་བ་དང་། དོན་དམ་པའི་དགེ་བ་དང་  
མཚུངས་པའི་སྤྱི་གཉིས་པ་མི་སྲིད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དཀར་སྟོགས་པ་དང་ནག་སྟོགས་  
པ་གཉིས་ལས་དཀར་སྟོགས་པ་སྟོབས་ཆེ་སྟེ། སངས་རྒྱས་བྱང་སེམས་ལྟ་དང་  
དྲུང་སྟོང་སྟོགས་དང་སྟོབས་མཉམ་པའི་ནག་སྟོགས་པ་གཅིག་གྱུར་མི་སྲིད་པའི་  
ཕྱིར་རོ། །ཆོས་ཐམས་ཅད་མི་འགལ་བར་ཁས་ལེན་ཏེ། དེ་ཐམས་ཅད་ཤེས་  
བྱ་དང་། གཞལ་བྱ་མིན་པར་དོན་གཅིག་མི་འགལ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཡིན་  
མིན་དང་ཆ་གུང་མི་འགལ་བར་ཐལ། རྟགས་དེའི་ཕྱིར་ན། དེ་ལྟ་ཡིན་མོད་  
གྱི་ཆོས་ཐམས་ཅད་འགལ་བ་ཉག་གཅིག་རྒྱ་ཁས་ལེན་མི་རུས་ལ། མི་འགལ་  
བ་དུ་མ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། འགལ་བ་འདྲ་མ་ཡོད་སྟམ་ན། སྤྱིར་མི་འགལ་བར་  
འདོད་དོ། །མེ་རྩ་ལྷ་ཉེས་པ་ལྟོ་བྱུར་བྱེད་པ། བསྐྱས་ཚན་ལ་མ་ཁས་འཇུག་  
གི་ཡིད་ཆོས་སྒྲུབས་གྱི་ཐ་སྟང་ལས་འཕྲོས་ནས། ཚུལ་གསུམ་རྟགས་ཁྱབ་དག་

ཏུ་བརྟེན་པའི་དོན་ཤེས་ཕྱིར་ཁ་དོག་གི་བྱུང་མཐའ་སོགས། རྒྱ་འབྲས། རྩེ་སྒྲིབ་སྒྲིབ་བསྐྱེད་སྒྲིབ་ལྟར། ཤེས་བྱའི་རྣམ་དབྱེ་གསལ་ཕྱིར། ལུང་ཁམས་སྒྲེ་  
མཆེད་སོགས་མཚན་ཉིད་བྱུང་མཐའ། འདིར་རྒྱ་འབྲས་ཆེ་བ། རྒྱ་ཕྱེ་སོགས་  
གོ་དོན་ལྟར་བརྟེན། ལྷན་སེལ་འགལ་འབྲེལ་བ། སྒྲོ་རིགས་ཏྲགས་རིགས་  
སོགས། ཆོག་གི་ཤུག་འབྱེད་ཕྱིར་འཕྲོས་དོན་སྒྲུ་ཆོགས་བརྟེན་པའི་རྒྱ་བསལ་གསུམ།  
ཕྱི་མ་ལ། བྱུང་མཐའ་འགོད་ཚུལ་ལས་འཕྲོས་པའི་བྱུང་བ་སྒྲོ་བ་རྒྱུད། ཐལ་  
བ་འགོད་ཚུལ་ལས་འཕྲོས་པའི་ཐག་བ་རྒྱལ་འཛིན་སོགས་ཏྲགས་འཕྲོས་ཏྲག་  
ཆོད་རིགས། དགག་བཞག་གི་ཆོད་གཞི་ལས་འཕྲོས་པའི་རྒྱལ་ཕྱོད་ལྟ་བུ། རྒྱ་  
འབྲས། རྒྱ་འབྲས་སྒྲིབ་གཞི་སོགས་མདུན་གཞིར་ཡོད་མེད་གང་སྒྲུ། ཆོད་  
གཞི་ལ་དོན་ཆོས་གཉིས་སོ་སོར་བྱེད་མ་སོགས་དབྱུད། ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྒྲུ། ཁོ་  
ནའི་སྒྲུ། ཤེས་བྱ་ལྟ་བུ་སྒྲིབ་རང་འབྲེལ་ཡིན་ལྟ། རེམས་སོགས་གཉིས་ཀ་  
མདུན་ཀྱི་བུམ་སོགས་བྱེད་བྱ་འབྲེལ་ཡིན་ རི་རྩ་གཉིས་མིན་ནོ། །དེ་ལས་འཕྲོས་  
ཏེ། ཤེས་བྱ་ཆོས་ཅན། བྱེད་བྱ་ཡིན་པར་ཐལ། གཞལ་བྱའི་བྱེད་བྱ་ཡིན་པའི་  
ཕྱིར། དེར་ཐལ། གཞལ་བྱ་ལ་ཤེས་བྱ་ཡིན་མིན་གཉིས་ཡོད་ཚུལ་སོགས། རི་  
རྩ་གཞལ་བྱའི་བྱེད་བྱ་མེད་པར་གཞལ་བྱ་ཡིན་སོགས་འཕྲོས་དོན། ཆོག་ཤུག་  
ཐམས་ཅད་བྱེས་ནས། དང་པོ་སྒྲིབ་སྒྲིབ་རྒྱུང་ལས་འཕྲོས་ཏེ་ཐམས་ཅད་སོགས་  
མིང་གི་འཕྲུག་པ། ཆོས་ཡོད་མེད་ཡིན་མིན་བཞི་ལས་འཕྲོས་ཏེ་མདུན་གཞིར་  
ཡོད་མེད། བུམ་པ་མི་ཏྲག་ཡིན་མིན། ཀ་བ་རྣམ་གཅོད་ཡིན་མིན་སོགས་ཁས་

ལེན་འགོ་ཚུལ། འདི་དག་བརྗོད་འདོད་ལ་རག་ལས་ཚུལ་སོགས་གསལ་ཤོན་  
 བྱེན་ས། སྐབས་སུ་བརྗོད་འབྱེད་སོགས་བྱངས། རྣམ་འགྲེལ་སོགས་ལས་  
 འཕྲོས་པ་སོགས་བསྐྱེད་ཆོད་སྤྲུལ་འགྲོས་ལྟར་བྱ། ཆོག་ཅིག་ཆོག་གི་ནགས་  
 ཆོལ་དུ་འབྲས་ནས་མཐར་མ་བྱིན་ན་དོན་འབྲས་མེད་ཚུལ་གྱི་གནད་བཤད།  
 ལྟག་ཆོད་རིགས་ཀྱི་ཤན་དབྱེ། སྤྱི་ཐེན་མི་སྤྱི་སོགས། རྟགས་སམ་བསྐྱབ་  
 བྱར་ཞེ་འདོད་ཀྱི་སྒྲོན་འདེབས་ཚུལ་ཤན་དབྱེ། ཐལ་འཁྱར་ལན་སྒྲོ་བཞི་གསུངས་  
 ཀྱང་། སྒྲོ་གསུམ་གྱི་བུང་ཚུལ། དངོས་སྒྲོ་བས་ཀྱི་ལམ་ནས་རྩོད་པ་བྱར་བོ་ལ་  
 དེ་ལྟར་ཡིན་ཡང་། ཆོག་གི་ལམ་ནས་སྤྱིར་ལན་འདེབས་ལུགས་ལ་དུ་མ་ཡོད་  
 ཚུལ། གཙོ་བོར་བྱས་ཏེ་གོ་དགོས་མོད་ཀྱང་། མདོར་བསྐྱེན། དོན་ཕྱོགས་ལ་  
 སྒྲོན་ཡོད་དམ། ཆོས་བསྐྱབ་བྱར་དང་རྟགས་ལ་སྒྲོན་ཡོད་པའམ། བྱབ་པ་  
 སོགས་གང་ལ་ཤན་ཤོར་བ་དེ་ནས་བཅད་དེ་ལན་འདེབས་ཚུལ་ཤེས་པ་དགོས་  
 སོགས་སྒྱུར། དགོའོ། །

མདོར་ན་ཐལ་རག་ལ་འདོད། ཅིའི་བྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ་བྱབ་པ་མེད་པའི་  
 ལན་བཞི་ཁོ་ནས་གང་བ་པ་སྤྱིར་ངེས་ཀྱང་། དེ་འབའ་ཞིག་བཏབ་ན་ལན་མི་  
 ཐེབ་པ་འོང་ཆོད་ཆོག་ཤན་མ་བྱེས་པར་རྩོད་པ་འབྱུང་བར་ངེས་པས། རང་ཡང་  
 ཆོག་དེ་འབའ་ཞིག་གི་ལམ་ལ་གནས་ན་ལན་མི་ཐེབ་པའོ། །རང་གི་ཤན་བྱེས་  
 ཏེ་བརྗོད་འདོད་ཀྱིས་རྣམ་པར་བཅད་པའི་དོན་ལ་བརྟེན་ཞིང་ལན་མི་ཐེབ་པའི་  
 སྒྲོན་དུས་སུ་རིག་པར་བྱས་ན་ལན་བཏབ་ན་ལན་མི་ཐེབ་པ་མི་སྤྱིད་དོ། །དངོས་

སྒྲུབས་ཀྱིས་གཞོད་པ་ལ་ནི་ལན་མེད་མོད། དེས་ན་འདྲོད། ཚིག་གིས་གཞོད་  
པ་ལ་ནི་ཚིག་ཤུག་འབྱེད་པ་གལ་ཆེའོ། །སྒྲུབ་རྒྱལ་ལོ། །

[illegible]

ཀ་པ་དང་ཐ་དད་མིན་པའི་ཕྱིར། བྱ་བ་ན་ཁྱོད་གཞི་བྱ་བ་ན་སོགས། ཏྲག་པ་  
 ཡིན་པའི་བྱ་བ་པར་འདོད་པའི་ཕྱིར། དེ་ལ་ཁྱོད་དང་ཐ་དད་དང་དེ་ཡིན་པ་ལ་  
 ཁྱད་ཡོད་ཟེར་ན། ལུས་པ་ཏྲག་ལ། ལུས་པ་ཡིན་ན་ཏྲག་པ་ཡིན་པས་མ་བྱེད་  
 ཅེས་བརྗོད་རིགས་པར་ཐལ་ལོ། །དེ་བཞིན། ལུས་པ་ཆོས་ཅན། ཏྲག་པར་  
 ཐལ། ཤེས་བྱ་མིན་པའི་ཕྱིར། མ་བྱེད་པ་ཤེས་བྱ་ཏྲག་པར་ཁས་སྤྲུང་བའི་ཕྱིར།  
 ཤེས་བྱ་ལུས་པ་མིན་ལ། ལུས་པ་ཤེས་བྱ་ཡིན་པས་མི་མཚུངས་ཟེར་ན། ལུས་  
 པ་ཟངས་ལུས་མིན་ལ་ཟངས་ལུས་པ་ཡིན་པས་ན་ལུས་སྤྱི་ཏྲག་པར་ཐལ་  
 ལོ། །གཞན་ཡང་རི་བོང་རྩ་ཆོས་ཅན། མདོར་རལ། གཞལ་བྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
 དེར་ཐལ། མདོར་གཞལ་བྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱ་བ་ཡོད་དེ། མདོར་ཤེས་བྱ་  
 ཡིན་ན་ཤེས་བྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ལུས་མེད་ཤེས་བྱ་མ་ཡིན་པར་ཐལ་ལོ། །དེ་  
 ཡིན་པར་ཐལ། རང་འཛིན་རྟོག་པའི་ཡུལ་དུ་གྱུར་བའི་ཕྱིར། དེར་རལ་དེ་བརྗོད་  
 པའི་སྐྱེད་དང་རྟོག་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ལུས་པ་ཆོས་ཅན། མདོར་ཐལ། ཆད་མས་  
 མ་དམིགས་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། རྩར་མཐོང་གི་དེ་དམིགས་མི་སྤྱིད་པའི་ཕྱིར།  
 དེར་ཐལ། ཟངས་ལུས་སོགས་རེ་རེ་ནས་ལུས་པ་མིན་པ་གང་ཞིག་བྱེད་བྱ་ག་  
 མིན་པའི་ལུས་པ་ཆད་མས་མ་དམིགས་པའི་ཕྱིར། དེ་བཞིན་ཟངས་ལུས་སོགས་  
 གྲང་མཐར་ཐམས་ཅད་སྤྱིར་རྟོག་བཏང་ནས། ཏྲག་པ་མི་ཏྲག་མི་ཏྲག་ཏྲག་  
 པ། མདོས་མེད་པ་སོགས་ཐམས་ཅད་འཆོལ་བར་ཐལ་ལོ། །གཟུགས་སྤང་  
 མེད་པར་ཐལ། དེ་ཆད་མས་མ་དམིགས་པའི་ཕྱིར། དེ་ཆད་མས་མ་དམིགས་



གཉིས་གང་ཟག་ག་ལ་ཡིན། དེ་གཉིས་མི་སྤྱིད་པ་ཡིན་པའི་བྱིར། གལ་ཏེ་དེ་གཉིས་ཀྱི་ཡིན་པར་གོ་ན་མི་སྤྱིད་པ་ཡིན་ཡང་། འདི་ཆོག་གིས་མི་བྱེད་དེ་དོན་གྱིས་བཅད་པའོ། །དེ་བཞིན་ལྟ་ལྟོས་བ་དང་། གཏུང་འདེགས་ཀྱི་དོན་བྱེད་པའི་གཞི་མཐུན་ཡོད་པའི་བྱིར། ཀ་བུམ་གཉིས་ཡིན། མདོར་ཐལ། བུམ་པས་གཏུང་མ་འདེགས་པ་སྤྱིད་པའི་བྱིར་སོགས། མཚན་ཉིད་ཀྱང་དོན་གྱིས་མ་བཅད་ན་ཆོག་གིས་ད་ཀའ་ཡང་ཡོངས་སུ་གྲགས་པའི་ཆོག་བཞིན་སྒྲིབ་མེད་དམ་སྤྱིད་དོ། །ཤེས་བྱ་མིན་ན་རྟག་མི་རྟག་གཉིས་སུ་ཁ་ཚོན་མི་ཚོད་པར་ཐལ། རྟག་མི་རྟག་གཉིས་ཀ་མིན་པའི་ཤེས་བྱ་ཡོད་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ་དངོས་མེད་དེ་དེ་མིན་པའི་བྱིར། ཤེས་བྱ་མིན་པ་ཤེས་བྱ་མདོར་ཐལ། ཤེས་བྱ་མིན་པ་དེ་དེ་ཡིན་པའི་བྱིར། ཤེས་བྱ་མིན་པ་ཤེས་བྱ་ཡིན་པས། རྟག་པ་མིན་པ་རྟག་པ་ཡིན་སོགས་ཤེས་བྱ་མིན་པ་མདོར་ཐལ། དེ་ཤེས་བྱ་མིན་པའི་བྱིར་སོགས་མཐའ་ཡས་སོ། །

༥ འདིའི་གོ་བ་ལ། རྩས་ལྟོག་གཉིས་ཀྱི་མིང་ལས། རྩས་མིང་ཀུན་དེའི་སེལ་རྒྱུང་ལ་མི་འཇུག་པར་ལྟོག་ལྟོན་ལ་འཇུག་ ལྟོག་མིང་ཀུན་ལྟོག་ལྟོན་ལ་མི་འཇུག་པར་ལྟོག་རྒྱུང་ལ་འཇུག་སྟེ། དེ་དགོ་བའི་བདུ་བྱས་པའི་བྱིར་ཡིན་ཡང་། སྒྲིས་བུའི་དོན་གྱིས་རྣམ་བཅད་ལ་མ་ལྟོས་པར་མིག་ཁོན་ས་ཐ་སྙད་མི་བྱུང་པས་གང་འདོད་བྱར་ཡོད་ལ་དགག་ཏུ་མེད་དོ། །ཞེས་གལ་ཆེ་ཆེ།

༥ གཞན་ཡང་ཁས་ལེན་ཅན་གྱི་སྒྲོས་བྱས་འདི་ཆོག་ནས་ལུགས་ཡིན་ན།



ཆོས་ཉིད་མཉམ་པ་ཉིད་དུ་མི་འགྱུར་ཏེ། སེམས་ལ་གྱི་སྒྲུབ་ལྟ་བུའི་ཆོས་ཉིད་དེ། དེ་  
 སྒྲུབ་ཡོད་མེད་དབྱུང་པས། ཡོད་ན་ཆོས་ཅན་མེད་པའི་ཆོས་ཉིད་ཡོད་པ་དང་།  
 མེད་ན་མི་རྟག་པར་ཐལ་ཞིང་། འདུས་བྱས་ཐམས་ཅད་རང་གི་རོབས་སྒྲུབ་མེད་  
 བྱི་མེད་སྐད་ཅིག་གིས་ཡོད་པ་ཡིན་ཕྱིར་དེ་ཀུན་ཀྱང་རྟག་པ་དེར་ཐལ་ལོ། །ལཱཀ་  
 ཡང་ཀ་བུམ་གྱི་ཆོས་ཉིད་གཅིག་ཡིན་མིན་སོགས་དང་། འདུས་བྱས་མ་བྱས་  
 གྱི་ཆོས་ཉིད་དང་། རྟག་མི་རྟག་གི་ཆོས་ཉིད་ཀྱང་དེ་བཞིན་རྟག་མི་རྟག་དུ་ཐལ་  
 ཏེ། རི་ལྟར་ལྟག་པ་འམ་སྒྱི་ལ་དབྱུང་པ་དང་འབྲུག་ཀུན་ཏུ་འགྱུར་ཏེ། སྒྲོས་  
 བྱས་གྱི་སྒྲོང་པ་དེ་ནི་སྒྱི་རི་བཞིན་ཡིན་པའི་དབྱུང་པ་ཞིག་གི་དགོས། རང་ལུགས་  
 ཆོས་ཉིད་གྱི་དབང་དུ་ནི་མཉམ་པ་ཉིད་དེ། བུམ་སོགས་སྒྱེ་བ་དང་། མ་སྒྱེའི་  
 དུས་དང་། འཛིག་པ་འཕང་མེད། དེ་མེད་པའི་མེད་ཆ་དེ་ཡང་མེད་དེ་རང་བཞིན་  
 བརྗོད་བྲལ་དུ་བཞུགས། ཀ་བུམ་ཡང་དེ་འདྲ་སྟེ་སྒྲོས་བྱས་གྱི་རོས་ནས་ཆོས་  
 ཅན་དུ་མ་ཡོད། དེ་ལ་བརྟེན་པའི་ཆོས་ཉིད་དུ་མའང་ཡོད་མོད་གྱི་གཞི་ཆོས་  
 ཉིད་ཆེན་པོའི་སྟེང་ན་དེ་གཉིས་གང་དུ་འང་མ་བྱུང་པར་མཉམ་པ་ཉིད་དོ། །འོན་  
 ཀྱང་ཐ་སྙད་དུ་ཆོས་ཉིད་ཡོད་དེ་སྒྲོས་བྲལ་དུས་ཀུན་ཏུ་ཡིན་པའི་བྱིར། ཆོས་  
 ཅན་མེད་པར་ཐལ་ཞེན་ཅིའི་བྱིར་ཏེ། ཆོས་ཅན་བུམ་པ་གཏན་ནས་སྒྱེ་མ་བྱོང་  
 པའི་བྱིར། ཆོས་ཉིད་ཅི་སྟེན་བུམ་པ་མེད་པར་བུམ་པའི་སྒྱི་བཞིན་ཡོད་དམ་  
 དབྱུང་མེད་དམ་དབྱུང་དོ། །ལཱཀ་ཡང་གནས་ཚུལ་དང་སྤང་ཚུལ་གཉིས་སུ་  
 མ་བྱེན་པས་སྤང་དཀའ་སྟེ། མེས་ཅམ་པས་ཀྱང་གཞུགས་གཏན་ནས་པས་

མི་ལེན་པའང་མིན། སྤྱི་དོན་གྱི་གཞུགས་ཀྱང་ཁས་མི་ལེན་པ་མིན་སྟེ་དོན་ཀྱང་  
གནས་ཚུལ་ལ་དབྱུང་ཆོལ་ཁས་མི་ལེན། སྤྱང་ཚུལ་ལ་བུམ་པ་སྤྱི་དོན་མེད་ན་ཁས་  
ལེན་དུ་དགེ། དེ་བཞིན་དབུ་མས་ཀྱང་ཁས་ལེན་ཡོད་པ་རྗེས་སྐབས་ཤེས་པ་འབྱེད།  
མེད་པ་གནས་ཚུལ་དབང་བྱས་གོ་དགོས། སྤྲུགས་ལམ་དུའང་སེམས་ཅན་  
སངས་རྒྱས་ཡིན་པའང་གནས་ཚུལ་ལ་དབྱུང་ན་རང་བཞིན་སྤྱར་མི་དགོས་སྤྱང་  
ཚུལ་ལ་རང་བཞིན་མ་སྤྱར་ན་ཁས་ལེན་མི་བདེ། སངས་རྒྱས་དཔུལ་བར་སྒྱེ་  
བར་ཐལ་ཞེན། ཅིའི་ཕྱིར། སེམས་ཅན་སངས་རྒྱས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བདེན་  
སྟོང་དཔུལ་བ་སོགས་འཕེན། སེམས་ཅན་གྱི་རང་བཞིན་སངས་རྒྱས་ཡིན་པའི་  
ཕྱིར། གོང་གི་ཐལ་བ་དེ་ལ་འགལ་བྱུང་གོ་བ་ལྟ་བུ་བྱུང་ན་གོ་བ་ལེགས་ཏེ།  
སངས་རྒྱས་ཡིན་པའི་ངོས་ན་དཔུལ་བར་སོང་བ་མེད་དེ། བདེན་སྟོང་གི་དབང་  
དུ་ནི་དཔུལ་བར་སོང་བ་མི་བདེན་པ་བཞིན་ནོ། །ཟན་ཟན་སེམས་ཅན་ཟབས་  
སེམས་ཅམ་པ་ལ་ཐལ་བ་འཕེན་ན་ཡང་འགལ་བྱུང་ཉེ་སྟེ། སེམས་ཡིན་  
པའི་ཕྱིར། ཟན་ཟབ་དངོས་མེད་དེ། སེམས་དེར་སྤྱང་བའི་ཕྱིར། སེམས་འདི་  
ནི་དོན་དུ་ན་ཟན་མིན་པའི་ཕྱིར། དེ་བཞིན་སངས་རྒྱས་ཡིན་པའི་དབང་དུ་ན་  
ང་དཔུལ་བར་འགོ་མ་སྤྱང་བའི་ཕྱིར། སེམས་ཅན་དཔུལ་བ་སྒྱེ་བ་མེད་པར་  
ཐལ་ཞེན། ཅིའི་ཕྱིར། སངས་རྒྱས་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཞེན་མ་བྱུང་། གནས་ཚུལ་  
ལ་འདོད་ཀྱང་སྤྱང་ཚུལ་ལ་མི་འདོད་དོ། །གནས་སྤྱང་ལ་ནམ་ཀུན་མི་མཐུན་  
པ་སྟེ་ལའང་ཡོད་པས་ན་མགོ་བསྐྱེད། །ཡོད་ན་མི་རྟག་པས་བྱུང་ན་དོན་དམ་

བདེན་པ་འཕྲེན། རྟོན་དམ་ཡོད་པ་མིན་ཟེར་ན། ཡིན་པར་ཐལ་བདེན་པ་གཉིས་  
 ཡོད་པའི་བྱིར་ན་བྱུང་། གཅིག་ཤོས་ལ་རྟོན་དམ་ཡོད་པར་ཐལ། འདོད་ན།  
 དངོས་པོ་ཡིན་པར་ཐལ་ཡོད་པའི་བྱིར། བྱུང་འོང་སྟེ། གཉིས་ཀ་བྱུང་པའི་  
 འཛིན་མཚམས་ལ་གཏུག་དགོས་ཀྱི། རྟོན་དུ་གཅིག་ནི་བར་ཐ་སྟོན་དུ་ཡོད་པ་  
 ལ་ཡོད་པར་བཞག། གཅིག་ནི་དངོས་པོ་ལ་ཡོད་པར་བཞག་པའོ། །ཡོད་མེད་  
 གཉིས་ཀ་ཡོད་པར་ཐལ། མེད་པ་ཡོད་པར་ཐལ། འདོད་ན། དེ་གཉིས་འགལ་  
 བ་ཡིན་པར་ཐལ་ཟེར་ན་དེས་འགྲོའོ། །དགེའོ། །

གུན་མཁུན་མི་ལམ་རྒྱ་མཆོད་གསུང་འབུམ།

[illegible]

པོར་རྩེ་སེམས་འབར་བའི་མཚན་པ་འདི། །འཇམ་དཔལ་གཤིན་རྩེ་གཤེད་  
པོ་ཁྱོད་ལ་འབྱུང། །ཞིག་པ་བརྒྱུད་ཏེ་ཕྱག་སེམས་ལ་ལས་སོ་སོའི་ཕྱག་སེམས་ཤམ་བདག་ཏེ་ཐུལ་ལོ།  
རྒྱུད་དང་བཀའ་གཏེར་གྱི་མན་ངག་བཞིན་ཟེལ་གཞོན་དགེ་སྦྱོར་པ་རྩལ་གྱིས་བྱིས་པ་མཛྲ་ལོ། །

༡། དོ་རྩེ་སེམས་དཔའི་ཞི་བའི་སྒྲུག་བཀྲ་ཤིས་  
དཔལ་འབར་བཞུགས་སོ། །

ཐབ་རྒྱུམ་པོ་དཀར་བ་ཆེ་རྒྱུད་གང་རུང་ཆད་ལྟོན་བྱས་ལ་མེ་ཏོག་དཀར་པོའི་ཚོམ་ལུ་བཀོད། སྒྲུག་རྩེ་སེམས་  
ཁུད་དང་། དཔལ་ལུ་སྒྲེབ་སྒྲུག་ཤིང་དཀར་པོ་དྲི་བཟང་གི་ཡམ་ཤིང་། སྒྲུག་སྒྱིབ་ཞིབར་ཏེ་ལ། བཤེགས་ཞི་  
བར་ཡུངས་ཀར། བད་ཞིབར་གྲོ་སྒྲུག་ཞི་བར་འོས་པའི་རྩེ་དང་མེ་ཏོག་དཀར་པོ་སྒྲུག་གང་འབྱོར་  
དང་། ལྷག་ཏེ་སྒྲོ་སྒྲུག་མཚན་རྩེ་སེམས་ལ། བསང་རྒྱུད་བྱས་ལ། ཨོྱེ་ལྷུང་རྩྱུ་རྩྱུ་ མཁུན་གྱིས་བརྒྱབ་སྒྲུག་  
ཨོྱེ། རྩེ་སེམས་ཡིད་བཞིན་འདོད་རྒྱུར་གྱུར་པ་ཡི། ཞི་བའི་ལས་ཀྱན་འབྱུང་  
པའི་རིན་པོ་ཆེ། ཀྱན་དུ་བཟང་པོའི་མཚན་སྒྲིན་རབ་འབྱུངས་གྱིས། །དབག་  
ཡས་ནམ་མཁའི་ཁམས་ཀྱན་གང་བར་གྱུར། ། ཅེས་བསམ་ལ། བཀྲ་ཤིས་པའི་སྒྲུག་  
མེ་སྒྲུག་ ཨོྱེ་བུ་རྩྱུ་ལ་རིམ་ ཞེས་བཞེད་ཅིང་། རྩྱུ་ ཞེས་རྒྱུད་གཡམ་གྱིས་སྒྲུག་ ཨོྱེ་བུ་རྩྱུ་  
མི་ཏེ་རྩྱུ་ལྟེ་ ཅེས་བསམ་ཐབ་བསང་། ཨོྱེ་སྒྲུག་བུ་བུ་རྩྱུ་ ཞེས་བསམ་རྒྱུད་ལ། རྩྱུ་  
པའི་དང་ལས་རྩྱུ་ཡིག་ཡོངས་གྱུར་པ། །མཚན་ཉིད་ཡོངས་རྩྱུ་གས་རྩྱུ་འདྲ་ཞི་  
བའི་ཐབ། །ཡངས་ཤིང་རྒྱ་ཆེ་གསལ་ཞིང་མཛེས་པའི་ནང་། །རི་ལས་འབར་

བའི་མེ་དབྱང་ཆེན་པོའི་དབུས། །རབ་དཀར་བརྒྱ་རྒྱ་བའི་གདན་སྟེང་ན། །མེ་  
ལྷ་དཀར་པོ་ཞལ་གཅིག་ཕྱག་གཉིས་པ། །ལྷ་ཡི་དྲང་སྟོང་གཞིན་ཅུའི་ཆ་བྱང་  
མཛེས། །ཕྱག་གཉིས་བབྱང་ཐེང་དང་ནི་གྲུ་རྒྱེ་བསྒྲམས། །ཞབས་གཉིས་དོ་  
རྩེའི་སྦྱིལ་མོ་ཀྱང་བཅས་ཏེ། །ཤིན་ཏུ་ཞི་ཞིང་དང་བའི་རྩྱལ་གྱིས་བཞུགས། །  
བདག་མདུན་ཐུགས་ཀའི་འོད་གྱིས་ཤར་སྟོན་ས། །ཡེ་ཤེས་མེ་ལྷ་སྦྱར་དྲངས་  
སྦྱ་ཇོ་ གྱི་ རྩྱུར་གཤེགས་རྩྱུར་གཤེགས་འབྱུང་པོ་ཆེ། །མེ་ལྷའི་རྩྱལ་པོ་དྲང་  
སྟོང་མཚོག་ །བསྐྱེད་སྒྲུགས་མཚོད་པ་བཞེས་སྟེང་དུ། །འབར་བའི་གནས་  
འདིར་གཤེགས་སྦྱ་གསོལ། །ཨོྭ་ཨྭ་ལྷུ་དེ་བ་ཨྭ་ཀཱཱ་ཡ་ཇོ་ ཞེས་བསྒྲུབ་དྲངས།  
ཨོྭ་བརྒྱ་ས་མ་ཡ་སྟོ། གྱིས་གཉིས་སྦྱ་མེད་པར་སྦྱར། ཨོྭ་ཨྭ་ལྷུ་དེ་བ་ཨྭ་སྦྱོ་སྦྱ་གསུམ་གྱིས་མཚོད།  
ཨོྭ་ཨྭ་ལྷུ་དེ་བ་ན་མོན་མ་མི་ ཞེས་བསྒྲུབ། མེ་ལྷ་ཞི་ཞིང་དང་བའི་ཞལ། །རྩ་  
ལས་འོད་ཟེར་སྦྱ་གུ་ཡིས། །མར་སྦྱུའི་བརྒྱུད་དྲངས་གསོལ་བས་དགྲེས། །ཅི་  
བཅོལ་ཐོན་ལས་སྦྱབ་པར་བསམ། ཨོྭ་ཨྭ་ཡེ་སྦྱ་རྒྱ་ ཞེས་བའི་ཐུགས་གྱིས་མར་སྦྱ་ལྷུ་  
ཞིང་། དཔལ་ལྷན་མེ་ལྷའི་རྩྱལ་པོ་ཡིས། །སྐྱེད་སྒྲུག་མཚོད་པ་འདི་བཞེས་ལ།  
ཞིང་དཀྱིལ་བའི་ཐོན་ལས་ཀྱན། །ཐོགས་མེད་སྦྱབ་པར་མཛད་དུ་གསོལ། །  
ཞེས་འདོད་དོན་བཅོལ། ཡམ་ཤིང་ ཨོྭ་བོ་རྩི་བྱི་ཡ་སྦྱ་རྒྱ། ཞེས་བསྒྲུབ་ཞིང་། དཔལ་ལྷན་  
མེ་ལྷའི་སྦྱ་གསུམ་འདོད་གསོལ་སྦྱར། ཞིབའི་སྐྱེད་སྒྲུག་ཞན་ཀྱན་ལ། ཨོྭ་ཨྭ་ཡེ་ཨྭ་དྲིབ་དྲིབ་  
ཨྭ་བི་ཤ་ཨྭ་བི་ཤ་མ་རྒྱ་ལྷུ་ཡེ་རྒྱུ་ཀྱུ་བ་རྒྱ་ཡ་ཆེ་གོ་མེད་ནད་སྦྱ་གསུམ་འདོད་ཤུ་རྩི་  
ཀྱུ་རྒྱ་སྦྱ་རྒྱ་ ཞེས་ཅི་དུགས་སྦྱལ་ཞིང་འདོད་གསོལ་བ། དེ་ནས་མེད་ཀུན་པོ་ཐབས་ཏུ་དོར་ལ། ཅན་

མོ། དཔལ་ལྷན་མེ་ལྷ་རིག་པའི་རྒྱལ་པོ་ཁྱོད་གྱིས་ལས་ཐམས་ཅད་བྱེད་པས་  
མེ་ཉིད་ཡེ་ཤེས་གྱི་མེར་བྱིན་གྱིས་བསྐྱབས་ནས་སྒྲིག་རྩལ་ཐམས་ཅད་ལྷའི་ཞལ་  
དུ་བསྟུབ་པ་དང་བདག་གས་རྒྱ་འཕྱོར་ཆེག་མའི་མི་མཐུན་པའི་ཕྱོགས་ཐམས་ཅད་ཞི་  
བའི་ཕྱིན་ལས་མཐར་ཕྱིན་པར་མཛད་དུ་གསོལ། ཞེས་བྱས་ལ། ཨྱོ་བརྩ་རྩ་ལ་རྟེ།  
ཞེས་བརྩོན་ཅིང་མར་ཁུ་ཐིག་ལ་གཅིག་ཐབ་ཏུ་སྒྲུག་པས། མེ་ལྷ་འབར་པའི་རྣམ་པར་གྱུར་པ་  
ཡི། །ཆོས་དབྱིངས་སྒྲོས་པ་བྲལ་བའི་ཡེ་ཤེས་གྱི། །མེ་ལྷེ་དཀར་གསལ་འབར་  
ཁིང་འབྱེལ་བའི་གྲོང་། །འོད་གསལ་ཞི་བ་ཆེན་པོའི་ཕོ་བྲང་དུ། །སྤང་སྤྱང་  
གཉིས་སུ་མེད་པའི་ཡེ་ཤེས་སྒྲ། །དཔལ་ལྷན་དོ་རྩེ་སེམས་དཔའི་ལྷ་ཚོགས་  
ཀུན། །དོ་རྩེ་རིགས་གྱི་ཡུམ་ཆེན་ལྷ་མ་གྱི། །སྒྲུ་མདོག་ཕྱག་མཚན་རྒྱན་དང་ཆ་  
ལྷགས་རྣམས། །སོགས་གང་ཡོད་ཁ་བརྒྱར་བ། །མ་འདྲེས་ཡོངས་རྫོགས་ཆུ་ལྷའི་  
ཚུལ་དུ་གསལ། །ཡེ་ཤེས་ལྷ་ཡི་དབང་བསྐྱར་ཡོངས་སུ་རྫོགས། །གནས་གསུམ་  
འབྲུག་སུམ་ཡི་གའི་འོད་ཟེར་གྱིས། །ཡེ་ཤེས་སྒྱུན་དངས་གཉིས་སུ་མེད་པར་  
བསྟོམ། །ལྷགས་སྒྲའི་ཕྱག་རྒྱ་བཅས་རྩ་སྒྲགས་གསུམ་མཐ་བདུན་གྱི་ཤམ་དུ། །བརྩ་ས་ལྷ་རྩེ་ཞེས་  
པས་སྒྱུན་དངས། །རྩེ་རྩེ་བའི་རྩེ་ ས་བསྟོམ། །ཕྱི་ནང་གསང་མཚན་ཚོགས་བཅད་དམ་སྒྲགས་ཅི་རིགས་  
པས་ཐུལ་ལ། །མི་རྟོག་དོ་རྩེ་མས་བསྟོང། །ལྷ་རྣམས་ཞི་ཁིང་དང་བའི་ཉམས་གྱིས་ནི། །འོད་  
ཟེར་དཀར་པོས་སྤང་སྤྱང་གྱུན་ཁུབ་པས། །སྤྱིད་ཁིའི་རྒྱད་པ་ཞི་བར་མཛད་  
པའི་གྲོང་། །མཁའ་ཁུབ་སྒྲས་བཅས་རྒྱལ་བའི་ཚོགས་རྣམས་ཀུན། །ཉིལ་གྱི་  
གོང་བུ་བཞིན་དུ་མཛོན་བཞུགས་ཏེ། །རབ་དཀར་ལྷ་བ་ལ་གནས་བསྐྱབ་བྱ་

ལ། དེ་བཞིན་གསལ་གསལ་པ་ཀུན་གྱིས་དགོངས་པ་མཛད། །ཡུམ་རྣམས་འིན་  
 ཚེན་ལུས་པའི་བདུད་ཅིས་བགྲ། །སེམས་དཔའ་སེམས་མས་བགྲ་ཤིས་མེད་ཀྱི་  
 འཕྲོད། །ཁྱོད་པོའི་ཚོགས་ཀྱིས་བགས་ཀུན་ཞི་བར་མཛད། །ཀུན་གྲང་ཞི་བ་  
 ཚེན་པོའི་ཐིན་ལས་ཀྱིས། །བགྲ་ཤིས་དགོ་ལེགས་སྡུལ་པའི་རྣམ་པར་བཞུགས། །  
 རུང་བྱང་འཛུམ་པར་ལྷགས་སྟེང་རྩིག་ལས། །འོད་གྱི་སྒྲུག་པུས་བདུད་ཅི་གསོལ་  
 བར་གྱུར། །ཚོ་བཟོ་ས་དུ་རྩྱ། །ཚོ་ལྷ་ལྷ་ཡེ་སྒྲ་དུ། །ཞེས་བས་མར་ཁུ་ལུ། །ཡམ་ཤིང་རྩ་  
 རྒྱགས་ལ་བོདྱུར་བས་ལུའ་མོ་མེད་མཐར། །ཚོ། དཔལ་ལྷན་དོད་མེས་སྐད་པའི་ལྷ་ཚོགས་  
 ཀྱིས། །བགྲ་ཤིས་མཚོག་གི་མཚོད་པ་འདི་བཞེས་ལ། །རབ་འབྱམས་ཞི་བའི་  
 ཐིན་ལས་མ་ལུས་པ། །ཐོགས་མེད་ཡིད་བཞིན་འགྲུབ་པར་མཛད་དུ་གསོལ། །  
 །ཞེས་འདོད་གསོལ་སྒྲུབ། དེ་ནས་ཞི་བའི་སྒྲིག་རྒྱུན་ཀུན་ཅུ་རྒྱགས་དང་ཞི་ཤམ་སྒྲུབ་བས་ལུའ་ལ་སྐྱབས་སྐྱབས་  
 རྒྱ་འདོད་གསོལ་སྒྲུབ། མཐར་མཚོད་བསྟོད་ཡིག་བརྒྱའི་རྒྱུ། མདུན་གྱི་ལྷ་གཞུང་ལས་པར་  
 དང་བཅས་པ་འོད་ཟེར་དཀར་པོའི་རྣམ་པས་རང་ངམ་བསྐྱབ་བྱ་ལ་ཐིམ། མེ་  
 ལྷ་སྒྲུབ་བཞིན་སྒྲུ་ཡོངས་སྒྲུ་རྒྱུ་གས་པའི་རྣམ་པར་གྱུར། །མེ་ལྷ་ཞི་ཞིང་སྒྲིགས་སྒྲིག་  
 རྒྱས་སྒྲུབ་བཞིན་ལུ། མཐར་མཚོད་ཅིང་བསྟོད་ལ་ཡིག་བརྒྱས་བཤགས། །ཚོ་བཟོ་མུ་ ཡེ་ཤེས་  
 པ་གསལ་གསལ་དམ་ཚོག་པ་རང་ལ་ཐིམ་པར་གྱུར། །ཞེས་བསྟོད་ཅིང་བསམ་ལ་ལས་མཛུགས་  
 གཞུང་བཞིན་བྱེད། །འདི་ནི་མི་མཐུན་བར་ཆད་ཀུན་ཞིན་ས། །ཤིན་ཏུ་བགྲ་ཤིས་ཤེད་པའི་ཚོགས་སྟེ། །རྒྱང་  
 རྒྱའི་དགོངས་པ་བཞིན་དུ་བྱིས་པ་ཡིན། །དགོ་བས་འགྲོ་ཀུན་རྣམ་གྱོལ་མཚོག་ཐོབ་ཤོག །ཅིས་བའང་རྒྱབ་  
 །ཁང་བདུད་ལས་རྣམ་རྒྱལ་གྱི་དུ་བའ་ཚོས་དགའ་བ་རྒྱུ་ཡོད་མཚུངས་ཉེར་བཞིལ་འཛུང་དཔལ་དགུས་  
 བས་བྱིས་པ་མཚོག་ཏུ་བགྲ་ཤིས་སོ། །



༥ ཆེ་མཆོག་གི་རྒྱལ་པའི་སྒྲུག་ལྷག་ཡིད་བཞིན་ནོར་བུ་ནི། ཐལ་ཁུང་མེར་བོ་བྱུ་བཞི་བྱུག་དང་  
 བ་སྒྲིག་ས་ཚད་ལྡན་ལ་འབྲས་ལུང་མེ་དོག་མེར་བོའི་ཆོམ་ལུ་བཞོད། རྒྱལ་རྒྱ་ས་མར་ཁུ་མེར་བོ་དང་། འོ་  
 མ་ཅན་དང་འོ་འབྲས་ལྡན་པའི་ཤིང་གི་ཡམ་ཤིང་། ཆེ་རྒྱལ་པར་དུ་བཞོད་ན་མས་རྒྱལ་པར་འབྲས། འོངས་  
 རྒྱུད་རྒྱལ་པར་ཐས་མཆོག་སྒྲིག་ས་རྒྱལ་པའི་སྒྲུག་རྒྱ་སྒྲུ་འོས་པ་དང་འབྲས་ལུ་དང་མེ་དོག་མེར་བོ་སྒྲིག་ས་  
 གང་འཕྱོར་དང་། བྱིན་དགེ་མཆོད་པ་བཤམས་པས་ད་སྤྱད་བྱ། ཇོ་ཨླ་རྩྱ་རྩྱ་རྩྱ་ ཞེས་བཞུས་པས།  
 ཇོ། རྒྱ་ས་རྒྱལ་པའི་བཞིན་ནོར་བུ་དཔག་བསམ་ཤིང་། བྱུ་བ་པའི་དམ་རྒྱ་ས་  
 གཏེར་བུམ་བདུད་ཅི་སྒྲིག་ས། རྒྱལ་པའི་ལས་ཀྱི་འབྲུ་བ་པའི་རིན་པོ་ཆེ། །  
 ཡེ་ཤེས་སྒྲུ་འབྲུལ་བྱ་བའི་རོལ་མོར་གྱུར་ ཞེས་བྱིན་གྱིས་བཞུས་པས། འཕྱོར་ལྡན་གྱི་ལག་  
 བས་སམ་མེ་ཤེལ་སྒྲིག་ས་མེ་སྤར་ལ། ཇོ་རྩྱ་རྩྱ་ལ་རྩྱ་ ཞེས་བཞོད། རྩྱ་ ཞེས་རྒྱུད་གཡལ་  
 གྱིས་གཡལ། ཇོ་བཟླ་ཨླ་མྱི་ཏ་རྩྱ་པུ། གྱིས་ཐབ་བསང་། ཇོ་སམ་བྱི་བྱུ་རྩྱ་ ཞེས་པས་  
 རྒྱུད་པས། རྩྱ་དཔའི་དང་ལས་རྩྱ་ཡིག་ཡོངས་གྱུར་བ། །མཆོན་ནིང་ཡོངས་རྒྱོགས་  
 བྱུ་བཞི་རྒྱལ་པའི་ཐབ། །ཡངས་ཤིང་རྒྱ་ཆེ་གསལ་ཞིང་མཛེས་པའི་ནང་། །རྩྱ་  
 ལས་འབར་བའི་མེ་དཔུང་ཆེན་པོའི་དབུས། །གསེར་མདོག་པདྨ་ལྷ་པའི་གདན་  
 རྩྱ་དཔ། །མེ་ལྷ་མེར་བོ་ཞལ་གཅིག་ལྷག་གཉིས་པ། །ལྷ་ཡི་དྲང་སྤྱང་གཞོན་  
 རྩྱ་འི་ཆ་བྱད་མཛེས། །ནོར་བུའི་ཐོང་བ་དང་ནི་གུ་རྩྱ་བསྐྱམས། །རིན་ཆེན་ཁྱི་  
 ལ་བཟང་པོའི་འདུག་རྩྱ་དཔས་གྱིས། །ཤིན་ཏུ་དཔེས་ཤིང་ཆོམ་པའི་ཚུལ་གྱིས་  
 བཞུགས། །བདག་མདུན་ཐུགས་ཀའི་འོད་གྱིས་ཤར་ལྷོ་ནས། །ཡེ་ཤེས་མེ་  
 ལྷ་སྒྱུན་དྲངས་ས་ལྷ་རྩྱ་ གྱི་ རྩྱ་གསེགས་རྩྱ་གསེགས་འབྱུང་པོ་ཆེ། །མེ་

ལྷའི་རྒྱལ་པོ་དང་སྤོང་མཚོག། བློག་བློག་ས་མཚོད་པ་བཞེས་སྤང་དུ། འབར་  
བའི་གནས་འདིར་གཤེགས་སུ་གསོལ། ཞི་ཨྱུ་དེ་བ་ཨྱ་ཀརྒྱ་ཡ་ཨྲ། ཞེས་བས་  
སྤང་བས། ཞི་བརྩ་ས་མ་ཡ་སྤྲེ། ཞེས་བརྩོད་པས་གཉིས་སུ་མེད་པར་གྱུར་པ་ལ། ཞི་ཨྱུ་དེ་  
བ་ཨྱུ་སྤྱི་སྤྱི་ལྷན་ལྷན་མཚོད་པ་འབུལ། ཞི་ཨྱུ་དེ་བ་ན་མོ་ན་མ་མི། ཞེས་བས་བྱག་བྱ།  
མི་ལྷའི་རྒྱས་ཤིང་ཚེས་པའི་ཞལ། རི་ལས་རིན་ཆེན་སུ་གུ་ཡིས། མར་ཁུས་  
བརྩུད་དངས་གསོལ་བས་མཉེས། ཅི་བཅོལ་ཐིན་ལས་སྤྱབ་པར་བསམ། །  
ཞི་ཨྱུ་ཡེ་སྤྱ་དུ། ཞེས་བའི་སྤྱགས་ཀྱིས་མར་ཁུ་ལྷལ་ཞིང། དཔལ་ལྷན་མི་ལྷའི་རྒྱལ་པོ་  
ཡིས། བཟེག་བློག་མཚོད་པ་འདི་བཞེས་ལ། མཛད་བྱུང་རྒྱས་པའི་ཐིན་ལས་  
ཀུན། ཐོགས་མེད་གྱུ་བ་པར་མཛད་དུ་གསོལ། ཞེས་འདོད་དོན་གསོལ། ཡམ་ཤིང།  
ཞི་བོ་རྩི་བྱི་ཡེ་སྤྱ་དུ། ཞེས་བས་འབུལ་ཞིང། དཔལ་ལྷན་མི་ལྷའི་སྤྱགས་འདོད་གསོལ་  
སྤྱ། རྒྱས་པའི་བློག་རྩལ་དོན་གཤེས། ཞི་ཨྱུ་ཡེ་ཨྱ་དྲི་བྱ་དྲི་བྱ་ཨྱ་བི་ཤ་ཨྱ་བི་ཤ་མ་  
དྲི་བྱ་ཡེ་དྲི་བྱ་ཀྱུ་བ་ཉ་ན་ཡ། ཆེ་མོ་མེ་ཆོ་སྤྱགས་གང་འདོད་པ་ཤེའི་ཀུ་རུ་ཞི། ཞེས་བས་  
ཅི་འདོད་ལྷལ་ཞིང་འདོད་གསོལ་སྤར་ལྟར་བྱ། དེ་ནས་མེ་དོག་སེར་པོ་ཐབ་ཏུ་དོར་ལ། ཅ་མོ། དཔལ་  
ལྷན་མི་ལྷ་རིག་པའི་རྒྱལ་པོ་ཁྱོད་ཀྱིས་ལས་ཐམས་ཅད་བྱེད་པས་མེ་ཉིད་ཡེ་ཤེས་  
ཀྱི་མེར་བྱིན་ཀྱིས་བརྒྱབས་ནས་བློག་རྩལ་ཐམས་ཅད་ལྷའི་ཞལ་དུ་བསྟུངས་  
པ་དང་། བདག་དང་སྤྱིན་པའི་བདག་པོ་འདི་དག་གི་འདོད་པའི་དོན་ཐམས་  
ཅད་འཕེལ་ཞིང་རྒྱས་པའི་ཐིན་ལས་སུན་སུམ་ཚོགས་པ་འབྱུང་པར་མཛད་དུ་  
གསོལ། ཞེས་བས་ལ། ཞི་བརྩ་རྩ་ལ་རྩི། ཞེས་བརྩོད་ཅིང་མར་ཁུ་ཐིགས་གཅིག་ཐབ་ཏུ་བློགས་

པས། མེ་ལྷ་འབར་བའི་རྣམ་པར་གྱུར་བ་ཡི། བཅས་ཅད་མཉམ་པ་ཉིད་ཀྱི་ཡེ་  
 ཤེས་ཀྱི། མེ་ལྷ་སེར་གསལ་འབར་ཞིང་འབྱེད་པའི་གྲོང་། འདོད་དགུ་ལྷན་  
 གྲུབ་རིན་ཆེན་ལོ་བྱང་དུ། བདེ་སྟོང་གཉིས་སུ་མེད་པའི་ཡེ་ཤེས་སྒྲུ། དཔལ་  
 ཆེན་ཆེ་མཆོག་ཡོན་ཏན་ལྷ་ཆོག་ས་རྣམས། ཡང་ན། དཔལ་ལྷན་ནོར་གྱི་དབང་ལྷག་རྩ་  
 ལ། སྒྲུ་མདོག་ལྷག་མཆོན་རྒྱན་དང་ཆ་ལྷག་ས་རྣམས། ཞེས་སོགས་གང་འདོད་ཁ་རྒྱུར་ཤེས་པར་བྱ། མ་  
 འདྲེས་ཡོངས་རྫོགས་རྒྱ་ལྷའི་ཚུལ་དུ་གསལ། ཡེ་ཤེས་ལྷ་ཡི་དབང་མཆོག་  
 ཡོངས་སུ་རྫོགས། གནས་གསུམ་འབྲུག་སུམ་ཡི་གཏེ་འོད་ཟེར་གྱིས། དབྱིངས་  
 བས་ཡེ་ཤེས་སྒྲུན་དྲངས་གཉིས་མེད་གྱུར། ཅུག་གསུམ་གྱི་མཐར་བཟང་ས་ལྷ་ཇོ་ བདག་ས་  
 བ་གསུམ་མཐར་བདུན་གྱིས་སྒྲུན་དྲངས། ཇོ་རྩྱུ་པོ་རྩོ་ གཉིས་སུ་མེད་པར་བཞིན། མཆོད་བཞུད་བྱ། ལྷ་  
 རྣམས་དགུས་ཤིང་ཆོམ་པའི་ཉམས་ཀྱིས་ནི། འོད་ཟེར་སེར་པོས་སྒྲིང་སྟོང་  
 གྲུབ་ཁྲུབ་པས། སྟོང་ཞིའི་ལེགས་ཆོག་ས་རྒྱལ་པར་མཇེད་པའི་གྲོང་། མཁའ་  
 ཁྲུབ་སྒྲས་བཅས་རྒྱལ་པའི་ཆོག་ས་རྣམས་ཀྱང་། བདེ་སྟོང་སྟོར་པའི་བྱང་སེམས་  
 བདུད་ཅིའི་རྒྱན། ཡིད་བཞིན་འདོད་རྒྱུར་འཆར་པའི་ཆར་ཆེན་པོས། གསེར་  
 མདོག་རྒྱ་བ་ལ་གནས་བསྐྱབ་བྱ་ཡི། ལུན་ཆོག་ས་དཔལ་ཡོན་སྟེལ་བའི་རྣམ་  
 པར་བཞུགས། དགུས་ཤིང་བཞད་པའི་ལྷག་ས་སྟེང་རྩ་སེར་ལས། འོད་ཀྱི་  
 སྒྲུ་གྲུས་བདུད་ཅི་གསོལ་བར་གྱུར། ཞི་བཟང་གྲོ་རྩ་མ་རྒྱ་ཕྱི་རྩེ་ལ་རྩྱུ་ཕྱི་ཕྱི་  
 ཞི་ལྷག་ཡེ་སྒྲུ་རྒྱ། ཞེས་པས་མར་ཁུལ་ལ། ཡམ་ཤིང་ཅུ་རྒྱགས་ལ་བཞེས་རྒྱུར་བས་ལུལ། སོ་སའི་མཐར་  
 ཞི། དཔལ་ཆེན་ཆེ་མཆོག་ཡོན་ཏན་ལྷ་ཆོག་ས་ཀྱིས། སྒྲིང་སྟོང་བདེ་ཆེན་བདུད་

ཀུན་མཁྱེན་མི་ལམ་རྒྱ་མཚོའི་གསུང་འབུམ།

ཅིའི་མཚོན་པ་བཞེས། མྱེད་བྱུང་རྒྱས་པའི་ཐིན་ལས་མ་ལུས་པ། །ཕུན་ཚོགས་  
ཡིད་བཞིན་འབྲུབ་པར་མཛད་དུ་གསོལ། །ཞེས་འདོད་གསོལ་སྒྱུར། རྒྱས་པའི་ཐེག་ཆས་  
ཀུན་ཅུ་ཐུགས་དང་གང་འདོད་རྒྱས་པའི་ཐུགས་ཀྱི་ཤམ་ཁུ་སྒྱུར་བས་ཕུལ་ལ་སྐྱབས་སྐྱབས་སྒྱུ་འདོད་གསོལ་  
སྒྱུར། མཐར་མཚོན་བརྟོད་ཡིག་བརྒྱའི་རྗེས་སྟ། མདུན་གྱི་ལྷ་གཤམ་ཡས་ཁང་དང་བཅས་  
པ་འོད་ཟེར་སེར་པོས་རྒྱམ་པས་རང་བམ་བསྒྲུབ་བྱ་ལ་ཐིམ། མེ་ལྷ་སྒྲར་བཞིན་སྒྲུ་ཡོངས་  
སྒྲུ་རྗེ་གསལ་པའི་རྒྱམ་པར་གྱུར་པ་ལ། མེ་ལྷ་དགུམ་ཤིང་སོགས་སྟེན་རྒྱས་རྒྱམ་སྒྲར་  
བཞིན་ལུལ། མཐར་མཚོན་ཅིང་བརྟོད་པས་ཡིག་བརྒྱས་བཤགས། ཨྱོ་བཟླ་མུ་ ཡེ་ཤེས་པ་གཤེགས་  
དམ་ཚིག་པ་རང་ལ་ཐིམ་པར་གྱུར། ལས་འཇུག་གཞུང་ལྟར་གྱུབ་པོ། །གཞན་ཡང་རང་གང་  
འདོད་པའི་ལྷ་གཙོ་རྒྱུང་ངམ་འཁོར་དང་བཅས་པའི་གསལ་འདེབས་གོང་གི་ཚིག་རིས་དང་ཐུགས་སྒྱུར་རྩུལ་  
རྒྱས་བརྒྱས་གང་འོས་སྒྲུ་ཤེས་པར་བྱའོ། །འདི་ནི་ཐིད་དང་ཞི་བའི་ལེགས་ཚོགས་ཀུན། །གོང་ནས་གོང་དུ་  
འཁེལ་ཞིང་རྒྱས་པའི་ཐབས། །རྒྱུད་སྟེའི་དགོངས་པ་བཞིན་དུ་བརྟན་པ་སྟེ། །དགེ་བས་དོན་ཀུན་ཡིད་བཞིན་  
འཕྱོར་གྱུར་ཅིག །ཅིས་པའང་རབ་ཆེས་ཆུ་འབྲུག་མཆོ་ལྷའི་ཆེས་ཉེར་བཞིར་འཇམ་དབལ་དགུམ་པའི་རྡོ་རྗེས་  
རྒྱུལ་ཁང་བདུད་ལས་རྒྱམ་རྒྱུལ་གྱིང་དུ་སྒྱུར་བ་འདིས་འགོ་ཀུན་དབལ་ཆེན་པོའི་གོ་འཕང་ཐོབ་པར་གྱུར་ཅིག  
མཛྲ་ལྟོ། །

[illegible]

གྱིས་ཤར་ལྷོ་ནས། །ཡེ་ཤེས་མེ་ལྷ་སྤྱན་དྲངས་ས་ལྷ་ཨེ་ གྱི་ རྩུང་ག་ཤེགས་  
རྩུང་ག་ཤེགས་འབྱུང་པོ་ཆེ། །མེ་ལྷའི་རྒྱལ་པོ་དྲང་སྤྱང་མཚོག །བསྐྱེད་ལྷུག་  
མཚོན་པ་བཞེས་སྤྱད་དུ། །འབར་བའི་གནས་འདིར་ག་ཤེགས་སུ་གསོལ། །  
ཨྱོ་ཨྱུ་དེ་བ་ཨྱ་ཀཱ་ཡ་ཨེ་ ཞེས་བས་སྤྱན་དྲངས། ཨྱོ་བཱ་ས་མ་ཡ་སྒྲི། གྱིས་གཉིས་སུ་  
མེད་པར་སྤྱད། ཨྱོ་ཨྱུ་དེ་བ་ཨྱ་རྩྱུ་སྐྱེད་ཀྱིས་བྱི་མཚོན་དང། མ་རྒྱ་བཅུ་སྐྱེད་གས་ནང་མཚོན་  
འབུམ། ཨྱོ་ཨྱུ་དེ་བ་ན་མོ་ན་མ་མི་ ཞེས་བས་འདྲུང་ཅིང་བརྟོན། མེ་ལྷ་ཆམ་ཀ་ཤིང་འཇུ་  
བའི་ཞལ། །རྩེ་ལས་འོད་ཟེར་སྤྱུ་གུ་ཡིས། །མར་ཁུའི་བརྩུད་དྲངས་གསོལ་བས་  
དགྱེས། །ཅི་བཙོལ་ཕྱིན་ལས་སྤྱབ་པར་བསམ། །ཨྱོ་ཨྱུ་ཡེ་སྤྱ་རྒྱ། ཞེས་བའི་  
སྤྱེད་ཀྱིས་མར་ཁུ་ལུ་ཞིང། དཔལ་ལྷན་མེ་ལྷའི་རྒྱལ་པོ་ཡིས། །སྤྱེད་ཀྱིས་མཚོན་  
པ་འདི་བཞེས་ལ། །རབ་འབྱམས་དབང་གི་ཕྱིན་ལས་ཀུན། །ཐོགས་མེད་གྲུབ་  
པར་མཛད་དུ་གསོལ། །ཞེས་འདོད་དོན་བཙོལ། ཡམ་ཤིང་ཨྱོ་བོ་རྩི་བྱི་ཡེ་སྤྱ་རྒྱ། ཞེས་  
བས་སུ་ཞིང། དཔལ་ལྷན་མེ་ལྷའི་སྤྱེད་ཀྱིས་འདོད་གསོལ་སྤྱད། དབང་གི་སྤྱེད་ཀྱིས་ཀུན་ལ། ཨྱོ་  
ཨྱུ་ཡེ་ཨྱ་དྲི་བྱ་དྲི་བྱ་ཨྱ་བི་ཤ་ཨྱ་བི་ཤ་མ་རྒྱ་བྱི་ཡེ་རྩུ་ཀུ་བ་རྩུ་ལ་ཆེག་མོ་ལམ་  
སྤྱ་ལོ་ཀ་ལ་ཤི་ཀྱ་རུ་རྩི་ ཞེས་ཅི་རིགས་སུ་ཞིང་འདོད་གསོལ་བྱ། དེ་ནས་མེ་རྩི་དམར་པོ་  
ཐབ་རྩུ་དོར་ལ། བ་མོ། དཔལ་ལྷན་མེ་ལྷ་རིག་པའི་རྒྱལ་པོ་བྱོད་གྱིས་ལས་ཐམས་  
ཅད་བྱེད་པས་མེ་ཉིད་ཡེ་ཤེས་གྱི་མེར་བྱིན་གྱིས་བསྐྱབས་ནས་སྤྱེད་ཀྱིས་ཐམས་  
ཅད་ལྷའི་ཞལ་དུ་བསྐྱབ་པ་དང། རབ་འབྱམས་དབང་གི་ཕྱིན་ལས་ཐམས་  
ཅད་རི་ལྷར་བསམ་པ་བཞེན་དུ་སྤྱར་བ་ཉིད་དུ་ཐོགས་པ་མེད་པར་གྲུབ་པར་

མཛད་དུ་གསོལ། །ཞེས་བྱས་ལ། ལྷོ་བཟོ་རྩེ་ལ་རིམ་ །ཞེས་བཟོ་དེ་ཅིང་མར་ཁུ་ཐིག་གཅིག་  
 ཐབ་ཏུ་སྒྲུག་ས་པས། མེ་ལྷ་འབར་བའི་རྣམ་པར་གྱུར་བ་ཡི། སོ་སོ་ཀུན་དུ་རྟོག་པའི་  
 ཡེ་ཤེས་ཀྱི། མེ་ལྷ་དམར་གསལ་འབར་ཞིང་འབྱེལ་བའི་གྲོང་། །བདེ་ཆེན་  
 འབར་བ་དབང་གི་ལོ་བྱང་དུ། བདེ་སྟོང་གཉིས་སུ་མེད་པའི་ཡེ་ཤེས་སྒྲུ། །བདེ་  
 མཆོག་བདུ་དབང་གི་ལྷ་ཆོག་གས་ཀྱི། །མ་འདྲེས་ཡོངས་ཤོག་ས་ཆུ་ལྷའི་ཚུལ་  
 དུ་གསལ། །གནས་གསུམ་འབྲུག་སུམ་ཡི་གའི་འོད་ཟེར་གྱིས། །ཡེ་ཤེས་  
 སྒྲུབ་དངས་གཉིས་སུ་མེད་པར་བསྐྱེ། །ལྷག་སྒྲུའི་ཐུག་ཆུ་བཅས་ལ་ཅུ་ལྷག་གཞན་  
 ལ་ལྷ་ལྷག་ཁ་བརྒྱར་བས་འབྱས་སོ། །གསུམ་མཐ་བདུན་གྱི་མཐར། བཟོ་ས་ལྷ་རྩེ་ །ཞེས་བས་སྒྲུབ་  
 དངས། རྩེ་རྩྱུ་བའི་རྟོག་བསྐྱེ། །ཕྱིན་དགས་མཆོད་རྣམས་ཆོག་ས་བཅད་དམ་ལྷག་མཅི་ཡིག་པས་ལུལ་  
 ལ། རྩེ་ རྒྱལ་བ་ཀུན་གྱི་ཆོས་སྒྲུ་སྒྲུ་མཆོད་བཟ། །ལྷ་རྣམས་དགེས་ཤིང་ཆགས་  
 པའི་ཉམས་ཀྱིས་ནི། །འོད་དམར་ལྷག་ས་ལྷ་སྒྲུང་སྤྱིད་ཀུན་བྱུང་བས། །བདེ་  
 སྟོང་བད་དུ་བཅུ་ཞིང་དྲངས་མའི་བཅུད། །དབང་མེད་འཕྲོག་པར་མཛད་པའི་  
 རྣམ་པར་བཅུགས། །ཅུང་ཟད་འཇུག་པའི་ལྷག་ས་སྟེང་རྩྱུ་ཡིག་ལས། །འོད་  
 ཀྱི་སྒྲུ་གྱུས་བདུད་ཅི་གསོལ་བར་གྱུར། །རྩེ་བཟོ་གྲོ་རྩྱ་ཡ་གྱི་བ་རུ་ལུ་རུ་ལུ་རྩྱ་  
 ལྟེ་ ལྷོ་ལྷ་གྲོ་ཡ་སྒྲུ་རྩྱ་ །ཞེས་བས་མར་ཁུ་ལ། ལམ་ཤིང་ནི་ཅུ་ལྷག་ས་ལ་འོ་རྩྱུར་བས་ལུལ།  
 སོ་སོའི་མཐར། རྩེ་ བདེ་ཆེན་བདུ་དབང་གི་ལྷ་ཆོག་གས་ཀྱིས། །བདེ་སྟོང་དབང་གི་  
 མཆོད་པ་འདྲི་བཞེས་ལ། །རབ་འབྲུམ་ས་དབང་གི་ཐིག་ལས་མ་ལུས་པ། །ཐོག་ས་  
 མེད་ཡིད་བཞིན་གྱུབ་པར་མཛད་དུ་གསོལ། །ཞེས་འོད་གསོལ་སྒྲུར། དེ་ནས་དབང་གི་

ཀུན་མཁྱེན་མི་ཡམ་རྒྱ་མཆོའི་གསུང་འབུམ།

སྒྲིག་ཐམས་ཅད། ཨྱི་རྩི་བླ་ཏ་གི་ཏ་མ་ཤི་ཀུ་རྩི་སྒྲིག་གིས་ཐུལ་ལ་སྐབས་སུ་འདོད་  
གསོལ་སྒྱུར། མཐར་མཆོད་ཅིང་བསྟོད་ལ་ཡིག་བརྒྱབ་སྒྲ། མདུན་གྱི་ལྷ་གཞུང་ཡམ་ཁང་དང་  
བཅས་པ་འོད་དུ་དམར་ལྷེས་གྱིས་ཁུ་ནས་རང་ལ་ཐིམ། མེ་ལྷ་སྒྲར་བཞིན་སྒྱ་  
ཡོངས་སུ་རྫོགས་པའི་ནམ་པར་གྱུར། །མེ་ལྷ་ཆགས་ཤིང་སྐོག་སྒྲིག་ཐམས་ཅད་བཞིན་  
ཐུལ། མཐར་མཆོད་ཅིང་བསྟོད་ལ་ཡིག་བརྒྱབ་པའགས། ཨྱི་བཟླ་མུ་ ཡེ་ཤེས་པ་གཤེགས་  
དམ་ཆོག་པ་རང་ལ་ཐིམ་པར་གྱུར། ཞེས་བཟོད་ཅིང་བསམ་ལ་ལས་འཇུག་གཞུང་བཞིན་བྱའོ།  
འདི་ནི་ལམ་འདས་ཀུན་གྱི་དྲངས་བརྟན་ནམས། །ཁབ་ལེན་དོ་ཡིས་ལྷགས་བཞིན་དབང་མེད་དུ། །འཇུགས་  
བ་རིགས་སྒྲགས་དོ་རྩི་ལྷགས་སྒྱུ་ཡི། ཆོག་མདུ་བྱུང་བའི་དུ་ཡིན་ནོ། །སམ་ལྷ། གཞན་ལ་མི་སྒྲེལ་རང་  
གི་འདོད་དོན་སྒྲུབས། །དམ་ལྷ་ཆོས་བཞིན་སྒྱོང་ན་བཀའ་རྒྱུ་ཡིས། །བདེ་ལ་དཀར་པོའི་ཆོས་ཀྱི་རྒྱུན་དུ་  
སྒྲེལ། །དེས་ཀྱང་ཤིན་ཏུ་དམ་པར་གསང་སྟེ་སྒྱུད། གླི། འདི་རབ་ཆོས་རྒྱ་ལུག་ལྷ་ཉ་ཆོས་ཉ་ལུག་ཉ་སྒྲར་  
ཉ་ལུག་ཉ་པོའི་འགྲུབ་སྒྱུར་ལ་མི་ཡམ་ནམ་པར་རྒྱལ་བས་བསམ་འགྲུབ་ཀེའུ་ཆོད་དུ་དབའ་རྟ་མཆོག་རོལ་པའི་  
བསྟོན་མཆོམས་ཀྱི་ཁྱུང་ཐུན་ལ་སྒྱུར་བར་བྱིས་པ་མཆོག་ཏུ་དག་ཞིང་བཀྲ་ཤིས་པ་ལགས་སོ། །





འབྲུག་པ་བའི་རོལ་མོ་ནི། །རབ་འབྲུམ་ས་ནམ་མཁའི་ཁམས་ཀྱི་ན་གང་བར་  
གྱུར། །ཤན་པ་གདོལ་བ་ཤིག་སྤྱོད་ཀྱི་ཡག་ནས་མེས་རལ། རྩྱ་ཀམ་རྩ་ལ་རིམ་ཞེས་བཟོད། རྩྱ་  
ཞེས་བཟོད་ལ་རྩུང་གཡེམ་ཀྱིས་མེས་རལ། རྩྱ་ལ་མུན་གྱིད་རྩྱ་ལའུ་ ཅེས་པས་ཐབ་བཟང་། རྩྱ་  
སཐ་བའི་བརྒྱུ་ལུ་ ཞེས་པས་སྤྱངས་ལ། རྩྱ་དང་བའི་དང་ལས་རྩྱ་ཡིག་ཡོངས་གྱུར་པ། །  
མཚན་ནི་ད་ཡོངས་རྩྱ་གསུམ་དུ་གསེལ་ཐབ། །ཡངས་ཤིང་རྒྱ་ཆེ་འདིགས་  
སྤྱ་དྲུང་བའི་ནང་། །རྩྱ་ལས་བསྐྱལ་བའི་མེད་དྲུང་འབར་བའི་དབུས། །པད་  
ནི་དག་བག་གས་བསྐྱལ་བའི་ཁྱི་སྤྱོད་ན། །མེ་ལྷ་དྲང་སྤྱོད་ཁྱིས་བསྐྱལ་མདོག་  
ནག །དུར་ཁྱོད་ཆས་ཅན་ར་སྤྱོས་གདན་ལ་བཞུགས། །ཐུག་གཡས་གི་ཁྱག་  
གཡོན་པས་ལྷགས་ཀྱང་བསྐྱལས། །འཇའ་འོད་མེད་དྲུག་གི་ན་ཐུན་འབྲུལ། །  
ཁྱིས་ཤིང་རམ་པའི་རྩྱ་ཀྱིས་བཞུགས་པར་གྱུར། །པད་ག་མདུན་ཐུགས་ཀའི་  
འོད་ཀྱིས་ཤར་ལྷོ་ནས། །ཡེ་ཤེས་མེ་ལྷ་སྤྱོད་དངས་ས་ལྷ་རིམ་ ཀྱི་ རྩྱ་པ་ཤེས་ས་  
རྩྱ་པ་ཤེས་ས་འབྱུང་བོ་ཆེ། །མེ་ལྷ་འི་རྩྱ་པ་པོ་དྲང་སྤྱོད་མཚོག། ཤེག་ལྷག་མཚོད་  
པ་བཞེས་སྤྱད་དུ། །འབར་བའི་གནས་འདིར་ག་ཤེས་ས་སྤྱ་གསོལ། །རྩྱ་ཨུ་  
དྱི་ཤི་གྲོ་རྩྱ་རྩ་རྩ་ཡ་ཀཱ་ཡ་རིམ་ ཞེས་སྤྱད་དངས། རྩྱ་བཟོ་ས་ལྷ་ཡ་སྤྱོད་ཤིས་གཤིས་སྤྱ་  
མེད་པར་གྱུར། རྩྱ་ཨུ་ཤི་གྲོ་རྩྱ་ཨུ་རྩྱ་ཤི་གས་ཤི་ནད་གི་མཚོད་པས་མཚོད། རྩྱ་ཨུ་ཤི་གྲོ་རྩྱ་  
མོན་མ་མི་ ཞེས་པས་ཐུག་འཚལ། མེ་ལྷ་ཁྱིས་ཤིང་རམ་པ་ཡི། །རྩྱ་ལས་འོད་  
ཐེར་སྤྱ་གྱུ་ཡིས། །མར་ཐུའི་བཅུད་དྲངས་གསོལ་བས་དགེས། ཅི་བཅོལ་ཤིན་  
ལས་སྤྱོད་པར་བསམ། རྩྱ་ཨུ་ཤི་གྲོ་རྩྱ་རྩྱ་ལའུ་ ཅེས་པས་མར་ཐུ་འབྲུལ་ཞིང་མཐར།

མེ་ལྷ་དང་སྤྲོད་ཁྱོས་པ་ཡིས། །སློབ་སྒྲིག་མཆོད་པ་འདི་བཞེས་ལ། །མདོན་  
 སྤྲོད་དྲག་པོའི་སློབ་ལས་ཀྱུན། །སློབ་སྒྲིག་པ་མེད་པར་གྱུ་བ་པར་མཛོད། །ཅིས་འདོད་  
 དོན་གསོལ། ཡམ་ཤིང་གོང་ལྷགས་ལ། །ཨོ་བོ་རྟེ་བྲི་ཀླ་ཡ་སྒྲ་རྒྱ། །ཞེས་བས་འབུལ། །འདོད་གསོལ་  
 སྒྲུལ། དྲག་པོའི་རྒྱས་དངོས་རྣམས་ཨོ་ཨུ་ཡེ་གོ་རྟེ་ཨུ་དྲི་བྲི་བྲི་བྲི་ཨུ་བེ་ཤ་ཨུ་བེ་ཤ་མ་རྒྱ་  
 སྤྲི་ཡེ་ཏ་བྲི་ཀ་བྲི་བ་ཏ་ན་ཡ་དག་བཞགས་ཐམས་ཅད་ལྟ་ར་ཡ་རྩྱུ་པཎ་ཅེ་ ཅེས་ཅི་  
 རིགས་སྒྲུལ་འདོད་དོན་གསོལ། དེ་ནས་མེ་རྟོག་ནག་པོ་ཐབ་རྩ་འཐོར་ལ། །ན་མོ། དཔལ་ལྷན་མེ་  
 ལྷ་དང་སྤྲོད་ཁྱོས་པའི་རྒྱལ་པོ་སྤྲོད་ཀྱིས་དམོད་པའི་ལས་ཐམས་ཅད་བྱེད་པས་  
 མེ་ཉིད་འབར་བ་ཆེན་པོ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་མེར་བྱིན་ཀྱིས་བསྐྱབ་ནས་སློབ་རྒྱས་ཐམས་  
 ཅད་ལྷའི་ཞལ་དུ་སྦྱོབ་པ་དང་། །རྣལ་འབྱོར་པ་བདག་གི་ཡིད་ལ་གང་བརྒྱག་  
 པ་དང་དམོད་པ་ཅམ་ཀྱིས་དག་བཞགས་ཐམས་ཅད་ཐལ་བར་བསྐྱག་པ་མདོན་  
 སྤྲོད་དྲག་པོའི་སློབ་ལས་མཐར་བྱིན་པར་མཛོད་དུ་གསོལ། །ཞེས་བས་ལ། །ཨོ་བོ་རྟེ་  
 རྩ་ལ་རི་ །ཞེས་བཛོད་མར་ཁུ་ཐིག་ཤིག་ཐབ་རྩ་སྒྲིག་པས། མེ་ལྷ་འབར་བའི་རྣམ་པར་གྱུར་  
 པ་ཡི། །འཛོམས་མཛོད་བྱ་བ་གྱུ་བ་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི། །མེ་ལྷ་དམར་ནག་འབར་  
 ཞིང་འབྱེལ་བའི་གྲོང་། །ཆོས་དབྱིངས་དྲག་པོ་ཨེ་ཡི་གཞལ་ཡས་སུ། །རྒྱལ་  
 ཀྱུན་ཡེ་ཤེས་དོ་རྩེ་ཁྱོས་པའི་སྒྲ། །སྤྲོ་རྒྱལ་འཇམ་དཔལ་ག་ཤིན་རྩེ་ག་ཤེད་ཀྱི་  
 ལྷ། །མ་འབྲེས་ཡོངས་རྩོགས་རྩྱའི་རྩྱལ་དུ་གསལ། །ཡེ་ཤེས་ལྷ་ཡི་དབང་  
 བསྐྱར་ཡོངས་སུ་རྩོགས། །གནས་གསུམ་འབྲུག་སུམ་ཡི་གའི་འོད་ཟེར་གྱིས། །  
 ཡེ་ཤེས་སྤྱན་དྲངས་གཉིས་སུ་མེད་པར་བསྐྱེམ། །ཅེས་གསལ། བཛོ་ས་ལྷ་རྩེ་ །གདགས་

གུན་མཁུན་མི་ལམ་གྱི་མཆོད་གསུང་འབུམ།

[illegible]

# དུངས་ལ་ཡང་དག་ལ་བརྟེན་པའི་མཆོག་གི་སྒྲུག་གྱུག་ མེ

མེལིས་སྐྱུང་མ་བཞིན་བརྒྱུ་པའི། །མཛོད་སྒྱུད་དག་པོའི་སྒྲུག་གྱུག་དམ་པ་སྟེ། །རྒྱུད་དང་མན་དག་དགོངས་  
པ་བཞིན་དུ་སྒྲུག། །སམ་ལྟ། །འདི་ནི་རབ་ཆོས་རྒྱལ་བ་ཤིང་རྟའི་ཡོའི་སྐུ་སྒྲུབ་པའི་དཀར་ཕྱོགས་ཀྱི་བཟང་  
པོ་དང་པོར་རྒྱུ་ཁང་བརྒྱ་བདེ་ལྟན་དུ་འཇམ་དཔལ་དོན་རྒྱུ་རབ་བྱུང་བར་གྱུར་ཅིག་ མཛྲ་ལོ། །

## ༥ དུངས་ལ་ཡང་དག་ལ་བརྟེན་པའི་མཆོག་གི་སྒྲུག་གྱུག་ཡེ་ ཤེས་སྐྱུང་བ་མ་འཕ་བྱུང་བ་ལྷགས་སོ། །

མཆོག་གི་ཐབས་ཁུངས་ལྟུང་པོ་བརྒྱ་རྒྱུས་ལ་ལྟ་བུའི་རྣམ་པ་དོན་རྒྱུ་འབྱུང་བས་བསྐྱོར་བ་ལ་མེ་དོག་སྒྲོན་པོ་སྐོས་སྒྲུག་གི་  
ཆོས་ལུགས་དོ། །དེར་བྱིན་དག་གི་མཆོད་པ་དང་། སྒྲུག་རྒྱུ་བཟང་པོའི་ཡམ་ཤིང་། བདུད་ཅི་ལྟ་དང་བསྐྱེས་  
པའི་མར་ཁྲ། ཤ་ལ་བདུད་ཅི་ལ་གཙོ་བོར་གྱུར་པའི་མཆོད་རྒྱུ་སྐྱེ་ཆོགས་ཀྱི་པེལ་ལུ་བཤམས་ལ། ལྟོ་  
ལྟོ་རྒྱུ་རྒྱུ་ཕྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་ལ། རྟོ། །རྒྱ་རྣམས་བདེ་སྟོང་ཡེ་ཤེས་ཆེན་པོའི་  
འབྲུལ། །མཆོག་གི་ལས་ཀྱན་འབྲུལ་པའི་རིན་པོ་ཆེ། །ཀྱན་རུ་བཟང་པོའི་མཆོད་  
སྒྲིབ་རབ་འབྱམས་ཀྱིས། །ལུ་མེད་ནམ་མཁའི་ཁམས་ཀྱན་གང་བར་གྱུར། །  
ཞེས་བསམ་ལ། གྲུབ་པའི་གང་ཟག་གམ་སྒྲགས་བཙུན་བཟང་པོ་སྐོས་སྒྲུག་གི་ལག་ནས་མེསྐྱུང་ལ། ལྟོ་བརྒྱ་  
རྒྱ་ལ་རྟོ། །ཞེས་བཞོད། རྒྱུ། ཞེས་རྒྱུད་གཞུགས་ཀྱིས་སྐྱུང་། ལྟོ་བརྒྱ་ལ་ལྟོ་ཉེ་རྒྱུ་ལྟེ། ཅམ་  
བསམ་ཐབས་དང་། ལྟོ་སྐྱུང་བའི་ལྟོ་ལྟོ། ཞེས་སྐྱུང་། རྟོང་པའི་ངང་ལས་རྒྱུ་ལྟོ་ལྟོ་ལྟོ་ལྟོ་ལྟོ་  
གྱུར་ལས། །བདུད་པའི་དབྱིབས་འདྲ་མཆོད་རྒྱུ་གས་མཆོག་གི་ཐབས། །ཡངས་ཤིང་  
རྒྱ་ཆེ་གསལ་ཞིང་མཛུས་པའི་ནང་། །རི་ལས་འབར་པའི་མེ་དཔུང་ཆེན་པོའི་

དབུས། །རབ་དཀར་པ་རྩ་བའི་གདན་སྟེང་ན། །མེ་ལྷ་དཀར་པོ་ཞལ་གཅིག་  
ཕྱག་གཉིས་པ། །བྱུང་པའི་དྲང་སྟོང་གཞོན་ནུའི་ཆ་བྱད་མཛེས། །ཕྱག་གཡམས་  
མཚོག་སྤྱོན་གཡོན་པས་གུ་རྩེ་བསྐྱམས། །ཞབས་གཉིས་དོ་རྩེའི་སྒྲིལ་མོ་གྲང་  
བཅས་ཏེ། །ཆོས་ཀུན་མཉམ་པར་གཟིགས་པའི་རྩྭ་ཤིས་བཞུགས། །བདག་  
མདུན་ཕྱག་སྐུ་ཀའི་འོད་ཤིས་ཤར་ལྟོ་ནས། །ཡེ་ཤེས་མེ་ལྷ་སྤྱན་དྲངས་སྐུ་ཇོ་  
ཀྲིེ་ །རྩེ་གཤེགས་རྩེ་གཤེགས་འབྱུང་པོ་ཆེ། །མེ་ལྷའི་རྒྱལ་པོ་དྲང་སྟོང་  
མཚོག་ །ཞེག་བྱུག་མཚོད་པ་བཞེས་སྟེང་དུ། །འབར་བའི་གནས་འདིར་གཤེགས་  
སྐུ་གསོལ། །ཨྱོ་ཨྱུ་དེ་བ་ཨྱ་ཀཱ་ཡ་ཇོ་ །ཞེས་བསྟན་དྲངས། །བརྩ་སྐུ་མ་ཡ་སྒྲི་ཤིས་  
གཉིས་སྐུ་མེད་པར་སྟུང། །ཨྱོ་ཨྱུ་དེ་བ་ཨྱ་རྩྱུ་མོགས་ཤུ་མ་དུ་བཅུ་ཨྱ་མི་ཏ་ར་ཏུ་བ་  
ཡི་རྩ་མ་དུ་སྐུ་འདུ་རྩེ་རྩེ་ །ཞེས་མཚོད། །ཨྱོ་ཨྱུ་དེ་བ་ན་མོན་མ་མེ་ །ཞེས་བསྟན་གྲུ།  
མེ་ལྷ་དཀྲུག་ཤིང་དྲངས་བའི་ཞལ། །རྩི་ལས་འོད་ཟེར་སྐུ་ཡིས། །མར་ཁུའི་  
བཅུད་དྲངས་གསོལ་བས་དཀྲུག། །ཅི་བཅོལ་ཤིན་ལས་སྐྱབ་པར་བསམ། །  
ཨྱོ་ཨྱུ་ནེ་ཡེ་སྐུ་རྩེ་ །ཞེས་བསམ་མར་ཁུ་འབྱུལ་ཞིང་། །དཔལ་ལྷན་མེ་ལྷའི་རྒྱལ་པོ་ཡིས། །  
ཞེག་བྱུག་མཚོད་པ་འདི་བཞེས་ལ། །བདེ་ཆེན་མཚོག་གི་ཤིན་ལས་ཀུན། །  
ཐོག་སྐུ་མེད་གྲུབ་པར་མཛད་དུ་གསོལ། །ཞེས་འདོད་དོན་ལགསོལ་བ་གདབ། །ཡམ་ཤིང་།  
ཨྱོ་བརྩི་བྲི་ཀྲ་ཡ་སྐུ་རྩེ་ །ཞེས་བསྟན་ལུ་ཞིང་། །མོང་གི་འདོད་གསོལ་སྐུར། །ཞེག་རྩལ་གཞན་ཀུན།  
ཨྱོ་ཨྱུ་ཡེ་ཨྱ་དྲི་བྲི་ཨྱ་བི་ཤུ་བི་ཤུ་མ་དུ་བྲི་ཡེ་ཏུ་ཀུ་བ་ཏུན་ཡ་པར་  
མ་མི་རྩི་ཨྱ་ལ་ལ་རྩོ། །ཞེས་ཅི་རིགས་ལུ་ཞིང་འདོད་གསོལ་གྲུ། །དེན་སྐུ་མེ་རྩོག་ཐབ་དུ་འཐོར་ལ།

ན་མོ། དཔལ་ལྷན་རིག་པའི་རྒྱལ་པོ་ཁྱོད་ཀྱིས་ལས་ཐམས་ཅད་བྱེད་པས་མེ་  
 ཉིད་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་མེར་བྱིན་གྱིས་བསྐྱབས་ནས་སྒྲིག་རྫས་ཐམས་ཅད་ལྟའི་ཞལ་  
 ཏུ་སྟོབ་པ་དང་ནལ་འབྱོར་པ་བདག་གིས་ལམ་གྱི་ཡོན་ཏན་སྦྱར་དུ་རྫོགས་ནས་  
 མཆོག་གི་དངོས་གྲུབ་དམ་པ་ཐོབ་པར་མཛད་དུ་གསོལ། ཞེས་བྱས་ལ། ཇི་བཟོ་  
 རྒྱ་ན་རྩ་ལ་རོ། ཞེས་བཟོད་ཅིང་མར་ཁུ་ཐིགས་གཅིག་ཐབ་ཏུ་སྒྲགས་པས། མེ་ལྷ་འབར་པའི་  
 རྣམ་པར་གྱུར་པ་ཡི། །བདེ་བ་ཆེན་པོ་རང་བྱུང་ཡེ་ཤེས་ཀྱི། །མེ་ལྷ་སྦྱ་ལྷ་འབར་  
 ཞིང་འབྱུལ་པའི་གློང་། །འོད་གསལ་བདེ་ཆེན་འབར་པའི་ཕོ་བྱང་དུ། །གཉིས་  
 མེད་ཡེ་ཤེས་བྱག་རྒྱའི་སྦྱར་སྦྱང་བ། །བྱགས་མཆོག་ཡང་དག་གྲུབ་པའི་ལྟ་ཆོགས་  
 རྣམས། །མ་འདྲེས་ཡོངས་རྫོགས་ཆུ་ལྷའི་ཚུལ་དུ་གསལ། །ཡེ་ཤེས་ལྷ་ཡི་དབང་  
 བསྐྱར་ཡོངས་སུ་རྫོགས། །གནས་གསུམ་འབྲུག་སུམ་ཡི་གའི་འོད་ཟེར་གྱིས། །  
 ཡེ་ཤེས་སྦྱན་དངས་གཉིས་སུ་མེད་པར་གྱུར། །ཇི་རུ་ལུ་རུ་ལུ་རྩྱུ་རྩྱུ། བཟོ་  
 ས་ལྷ་རེ་ བདུན་ནམ་གསུམ་གྱིས་སྦྱན་དང། རེ་རྩྱུ་པོ་རྟོག་བཞིས། ཇི་ལྷེ་རྟེ་རུ་ཀ་ས་པ་རེ་  
 ས་ར་ཨ་རྩྱུ་རོགས་གོང་ལྟར་མཆོང། །ཡང་དག་གྲུབ་པ་གཅིག་ཏུ་བློ། །སངས་རྒྱས་བདེ་  
 ཆེན་ཀུན་འདུས་པ། །མཁའ་འགྲོ་སྦྱུ་མ་བདེ་མཆོག་བདེ། །བྱག་འཆལ་རྟེ་རུ་  
 ཀ་དཔལ་ལའོ། །ཞེས་པས་བཟོད། །ལྷ་རྣམས་བདེ་བ་ཆེན་པོའི་གཟི་བྱིན་གྱིས། །  
 ཡེ་ཤེས་འོད་ཟེར་སྦྱང་སྦྱིད་ཀུན་བྱབ་པས། །སྟོན་བཅུད་རྣམ་དག་མཉམ་པའི་  
 དབྱིངས་ཉིད་དུ། །ཡོངས་གྲུབ་མཆོག་གི་ཐིན་ལས་མཛད་པར་བཞུགས། །དབྱེས་  
 མཉམ་རོལ་པའི་ལྷགས་སྟེང་རྩྱུ་ཡིག་ལས། །འོད་ཀྱི་སྦྱ་གྲུས་བདུད་ཅི་གསོལ་

ཀུན་མཁུན་མི་ལམ་རྒྱ་མཚོའི་གསུང་འབུམ།

བར་གྱུར། ཁྱོ་རུ་ལུ་རུ་ལྟོ་བྱོ་ལྟོ། ཁྱོ་ལྟོ་ཡེ་སྤྱ་རྒྱ་ ཞེས་པས་མར་ཁུ་ལུ་ལམ་  
 ཤིང་ཅུ་ལྟོ་ལམ་ལོ་རྒྱུ་རབས་ལུ་ལམ་ མོ་མེ་འེ་མེར། རྟོ་ ལྷག་ས་མཚོག་ཡང་དག་གྲུབ་པའི་  
 ལྟོ་ཚོགས་གྱིས། ལྷང་མིང་རྣམ་དག་བདུད་ཅིའི་མཚོད་པ་བཞེས། ལམ་དང་  
 ལམ་གྱི་ཡོན་ཏན་ལྷུང་རྩོག་ས་ནས། མཐར་ལྷག་མཚོག་གི་དངོས་གྲུབ་ཐོབ་པར་  
 མཛོད། ཁྱེས་འདོད་གསོལ་སྒྱུར། ཐེག་ཐེག་རྣམས་ཅུ་ལྟོ་ལམ་དང་། མ་རྒྱ་སྤྱ་ལ་རྒྱ་ན་མི་རྒྱུ་ལྟོ།  
 ཞེས་ཤམ་བདག་ས་པས་ཤི་མང་ལུ་ལམ་སྒྲུབ་སྤྱོད་གསོལ་སྒྱུར། མཐར་མཚོད་བསྟོད་ཡིག་བརྒྱའི་རྩེས།  
 མདུན་གྱི་ལྟོ་ག་ཞལ་ཡས་ལང་དང་བཅས་པ་འོད་ཟེར་མཐིང་གའི་རྣམ་པར་སྟོང་  
 གི་སྟོང་གའི་མི་ཤིག་ས་པའི་ཐིག་ལེ་ལ་ཐིམ་པར་གྱུར། མེ་ལྟོ་ལྷུང་བཞེན་གསལ་ལ། མེ་  
 ལྟོ་དབྱེས་ཤིང་སོགས་ཐེག་ཐེག་ལྷུང་ལྷུང་ལུ། མཐར་མཚོད་བསྟོད་ཡིག་བརྒྱུད་དང་། བརྩ་སྤྱེ་ཤེས་པ་  
 ག་ཤིག་ས་དམ་ཚོག་པ་རང་ལ་ཐིམ་པས་གཞུང་བསྟོད། འདི་ནི་ས་དང་ལམ་གྱི་མཛོན་རྟོགས་འཕེལ། ཡང་  
 དག་གྲུབ་པ་མཚོག་གི་དངོས་གྲུབ་ཐོབ། གེ་མྱིར་རྒྱུད་དང་ལུང་གི་དགོངས་པ་བཞེན། བསྐྱེས་པས་འགྲོ་  
 ཀུན་སངས་རྒྱས་ཉིད་ཐོབ་ཤོག ཁྱེས་པའང་རབ་ཚེས་རྒྱལ་བ་ཤིང་རྟོའི་ས་ག་རྒྱ་བའི་དཀར་ལྷོག་ས་གྱི་  
 བཟང་པོ་དང་པོར་རྒྱུབ་ཁང་བརྒྱ་བདེ་ལྟོ་དུ་འཇམ་དཔལ་རྟོ་རྩེས་རྒྱུར་བ་མཚོག་ཏུ་གྲུབ་པར་གྱུར་ཅིག  
 མཛྲ་ལོ། །

༡ རྟོ་རྩེ་ག་ཞོན་རྒྱའི་ལས་ཐམས་ཅད་པའི་ཐེག་ལྷག་དོན་ཀུན་གྲུབ་པའི། ལས་ཐམས་ཅད་པའི་ཐམ་  
 ཁུང་རྒྱར་བརྒྱུད་བཏུ་རྒྱས་པའི་རྣམ་པ་ལྟོ་བུ་གྲུག་དང་མ་མཐོག་དང་སོགས་ཆེ་ཆུང་གང་མོས་བསམ་ལམ་ལོ་རྟོག་གི་  
 ཚོམ་བུ་གོད། མངར་གསུམ་དང་རྒྱུར་པའི་མར་ཁུ་དང་། ཤིང་བཟང་པོའི་ལམ་ཤིང་། ཞི་བའི་འབྲས་དང་  
 ཉིལ། རྒྱས་པའི་ཞོ་རྩལ་དང་མེ་རྟོག་མེར་པོ། དབང་གི་ལན་ཚད་མར་པོ་དང་མངར་མིག་ས། དྲག་པོའི་ཡུངས་  
 ཀར་དང་དུག་ཁྱག་ཡིད་སོགས་གཙོར་གྱུར་ཐེག་ཐེག་སྤྱུང་ཚད་དང་མཚོད་པ་མི་འཕྱོར་བཤམས། རྩ་  
 ཡི་ཤིང་གིས་མཚོད་པ་བསང་། ཁྱོ་ལྟོ་རྩི་རྩི་གིས་བརྒྱབས་ལ། ལྟོ། བདེ་སྟོང་ཡེ་ཤེས་



དེ་ནི་གཞོན་རྒྱུ་ལས་ཐམས་ཅད་པའི་སྒྲིག་སྒྲིག་དོན་ཀྱན་གྱུ་པ་ལ། མོ།

མཆོག་གི་རོལ་པ་ལས། གང་སྒྲུང་འདོད་ཡོན་རྒྱན་གྱི་ལམ་ལོ་ཆེ། ལས་  
ཀྱན་སྒྲུབ་ཕྱིན་ལྟ་རྒྱས་མཆོད་སྒྲིག་གིས། རབ་འབྱམས་ནམ་མཁའི་ཐམས་  
ཀྱན་གང་བར་གྱུར། ཞེས་བསམ་ལ། རྒྱས་ལྡན་ནམ་གཞོན་རྒྱུ་ལོ་མེད་བཀྲ་ལེགས་པའམ་ཡིད་  
དང་མཐུན་པས་མེས་པ། ཞི་བའི་སྒྲིག་བྱེད་ཨ་མོ་སྒྲ་རྩེ་ལ་རི་ཞེས་བཞོད། རྒྱུ་ཞེས་རྒྱུད་གཡབ་  
ཀྱིས་སྒྲུབ། ཞི་བའི་ཨ་མོ་ཉེ་རྒྱུ་ཡུལ་ཞེས་བསམ་ཐབས་བསམ། ཞི་སྒྲིག་རྒྱུ་བུ་བྱུ་ལྟེ་ལྟེ་  
ཞེས་སྒྲུབ། རྒྱུ་པའི་རང་ལས་རྒྱུ་ཡིག་ཡོངས་གྱུར་པ། མཆོན་ཉིད་ཡོངས་རྒྱུ་གས་  
ལས་ཀྱན་གྱུ་པའི་ཐབ། ཡངས་ཤིང་རྒྱ་ཆེ་གསལ་ཞིང་མཛེས་པའི་ནང་།  
རི་ལས་འབར་བའི་མེད་བྱུང་ཆེན་པོའི་དབྱུག་། མེ་ལྟ་ལྟ་ལྟ་ཞལ་གཅིག་ཕྱག་  
གཉིས་པ། ཞི་མ་ཁོ་རྒྱུ་ལྟ་ཡི་ཆ་བྱུང་མཛེས། ཕྱག་གཡམས་མཆོག་སྒྲིག་  
གཡོན་པས་བགང་སྒྲིང་བསྒྲུམས། ཞབས་གཉིས་ཕྱིན་སྒྲིལ་སྒྲུ་ཆོག་སྒྲུ་འོད་  
ཟེར་འཕྲོ། ཞི་ཆགས་ཁོ་པོའི་ཉམས་ཀྱིས་བཞུགས་པར་གྱུར། བདག་མདུན་  
ཐུགས་ཀའི་འོད་ཀྱིས་ཤར་རྒྱུ་ནས། ཡེ་ཤེས་མེ་ལྟ་སྒྲུབ་དངས་ས་སྒྲུ་རྩེ་ ཀྱི་  
རྒྱུར་གཤེགས་རྒྱུར་གཤེགས་འབྱུང་པོ་ཆེ། མེ་ལྟའི་རྒྱལ་པོ་དྲུང་སྒྲིང་མཆོག་།  
སྒྲིག་སྒྲིག་མཆོད་པ་བཞེས་སྒྲུང་དུ། འབར་བའི་གནས་འདིར་གཤེགས་སྒྲུ་  
གསོལ། ཞི་ཨ་མོ་དེ་བཤ་ཀརྲ་ཡ་རྩེ་ ཞེས་བསྒྲུབ་དངས། བའི་ས་མ་ཡ་སྒྲི། ཀྱིས་  
གཉིས་སྒྲུ་མེད་པར་གྱུར། ཞི་ཨ་མོ་དེ་བཤ་རྒྱུ་ཆོག་ནས་ཤར་ལྟ་མ་དུ་བཞུགས་མི་ཉ་རྒྱུ་  
བའི་རྒྱུ་མ་དུ་སྒྲུ་པ་དུ་རྩེ་རྩེ་ ཞེས་མཆོད། ཞི་ཨ་མོ་དེ་བཤ་མོ་ན་མ་མི་ ཞེས་བསྒྲུག་  
ཅ། མེ་ལྟ་དཀྱིས་ཤིང་བཞུང་པའི་ཞལ། རི་ལས་འོད་ཟེར་སྒྲུ་གྱུ་ཡིས། མར་

ཁྱའི་བརྟུང་བྲངས་གསོལ་བས་མཉེས། ཅི་བཅོལ་ཐྱིན་ལས་སྒྲུབ་པར་བསམ། །  
 ཇི་ཅུ་ཡེ་ལྷ་རྒྱ། ཞེས་བས་མང་ཁུ་འབྲམ་ཞིང་། དཔལ་ལྷན་མེ་ལྷའི་རྒྱལ་པོ་ཡིས། །  
 ཐེག་སྒྲུག་མཚོད་པ་འདི་བཞེས་ལ། །རབ་འབྲམས་ཐྱིན་ལས་མ་ལུས་པ། །  
 ཐོགས་མེད་འགྲུབ་པར་མཛད་དུ་གསོལ། །ཞེས་འདོད་དོན་ལགསོལ་བ་གདབ། ཡམ་གྱིང་།  
 ཇི་བཅོལ་བྱི་ཀླ་ལ་ལྷ་རྒྱ། ཞེས་བས་ཐུལ་ཞིང་གོང་གི་འདོད་གསོལ་སྒྲུབ། ཐེག་ཐུག་ཀུན་ཀྱང་།  
 ཇི་ཅུ་ཡེ་ལྷ་དྲུབ་དྲུབ་ལྷ་བེ་ཤ་ལྷ་བེ་ཤ་མ་རྒྱུ་ཡེ་ཉུག་ཀྱང་བ་ཉུག་ལ་སྐྱ་  
 ཀུམ་མི་རྒྱུ་རྒྱུ་ ཞེས་ཅི་ཤེས་ཐུལ་ཏེ་འདོད་གསོལ་བྱ། དེ་ནས་མེད་ཏེ་སྒྲུ་ཚོགས་ཐབ་ཏུ་དོར་ལ།  
 བ་མོ། དཔལ་ལྷན་མེ་ལྷ་ཤིག་པའི་རྒྱལ་པོ་ཁྱོད་གྱིས་ལས་ཐམས་ཅད་བྱེད་པས་  
 མེད་ཡེ་ཤེས་གྱི་མེར་བྱིན་གྱིས་བསྐྱབས་ནས་ཐེག་ཐུག་ཐམས་ཅད་ལྷའི་ཞལ་  
 དུ་སྟོབ་པ་དང་། ཞེས་གས་རབ་འབྲམས་ལས་གྱི་ཚོགས་གང་འདོད་པ་ཐམས་  
 ཅད་ཐོགས་མེད་དུ་འགྲུབ་པར་མཛད་དུ་གསོལ། ཞེས་བས་ལ། ཇི་བཅོལ་རྒྱ་ན་རྒྱ་  
 ལ་རི་ ཞེས་བཅོད་ཅིང་མང་ཁུ་ཐེག་གཅིག་ཐབ་ཏུ་སྒྲུགས་བས། མེ་ལྷ་འབར་བའི་རྣམ་པར་  
 གྱུར་པ་ཡི། ཡེ་ཤེས་སྒྲུ་འབྲམ་བྱ་བའི་རང་བཞིན་གྱི། མེ་ལྷ་ཁ་དོག་སྒྲུ་ཚོགས་  
 འབྲུགས་བའི་གྲོང་། ཁོད་ཀུན་གྲུབ་པ་དཔལ་གྱི་ཕོ་བྲང་དུ། སྐས་བཅས་  
 རྒྱལ་བ་ཀུན་གྱི་ཐྱིན་ལས་ལྷ། དཔལ་ཆེན་དོན་ཤེས་ཞོན་ལྷའི་སྒྲུ་ཚོགས་རྣམས། །  
 མ་འདྲེས་ཡོངས་རྫོགས་ཁུ་རྒྱའི་ཚུལ་དུ་གསལ། ཡེ་ཤེས་ལྷ་ཡི་དབང་བསྐྱར་  
 ཡོངས་སུ་རྫོགས། གནས་གསུམ་འབྲུག་སུམ་ཡི་གའི་འོད་ཟེར་གྱིས། ཡེ་  
 ཤེས་སྒྱུན་བྲངས་གཉིས་སུ་མེད་པར་གྱུར། ཇི་བཅོལ་གྱི་ཡི་གྲི་ལ་ཡ་རྒྱུ་ཡུ་

དེ་རྗེ་གཞོན་ལུ་ལས་ཐམས་ཅད་པའི་ཐོག་ཐོག་དོན་ཀྱན་གྱུ་བ་པ། ཡོ།

བཟླ་ས་ལྷ་རྩེ་བདུན་ནམ་གསུམ་གྱིས་སྦྱུང་དངས། རྩེ་རྩྱུ་པོ་རྩེ་ས་བཞིམ། ཞི་བཟླ་ཀྲུ་མ་  
ར་ས་བ་འི་ལ་ར་ཨ་རྩྱུ་སྒྲིག་ས་ཤོད་ལྷ་ར་མཆོད། རྩྱེ་བསྐྱལ་བ་མེ་ལྷ་ར་སྒྲིག་ས་ཤིས་བཟླ་  
ལྷ་རྩམས་དགུས་བཞད་འོལ་བའི་ཉམས་ཀྱིས་ནི། །སྒྲ་ཆོག་ས་འོད་ཟེར་བྱ་བ་  
འབྱུགས་པ་ཡིས། །ཁི་སྒྲིག་ས་རབ་འབྱམས་ཕྱིན་ལས་མ་ལུས་པ། །ཐོག་ས་  
མེད་གྲུབ་པར་མཛད་པའི་རྩམ་པར་བཞུགས། །དགུས་བཞད་ཞལ་གྱི་ལྷ་གས་  
སྦྱེད་རི་ཡིག་ལས། །འོད་གྱི་སྒྲུ་ཀྲུ་བདུད་ཅི་གསོལ་བས་དགུས། །ཞི་བཟླ་  
ཀྲུ་ལི་ཀྲུ་ལ་ཡ་རྩྱུ་པར་ཞི་ཨ་ལྷུ་ཡེ་སྒྲུ་རྒྱ། །ཞེས་བས་མར་ཁུ་ལྷུ་ལ། མཐར་ཤིང་ཅུ་ལྷུ་གས་  
དང་པོ་རྩྱུ་བས་འབྱུགས། མཆོད་མཐར་ལ། རྩྱེ་ཕྱིན་ལས་རྩེ་རྩུ་པའི་ལྷ་ཆོག་ས་  
ཀྱིས། །ཀྲུ་བཟང་སྒྲུ་འབྱུག་བྱ་བའི་མཆོད་བ་བཞེས། །རབ་འབྱམས་ཕྱིན་  
ལས་སྒྲ་ཆོག་ས་གང་འོད་པ། །ཐོག་ས་མེད་ཡིད་བཞིན་འབྱུབ་པར་མཛད་དུ་  
གསོལ། །ཞེས་འོད་གསོལ་སྒྲུ་ལ། ཐོག་རྩམ་རྩམས་ཅུ་ལྷུ་གས་དང་། ཤིན་པོ་ལྷུ་ལ་ཤི་མ་ར་  
ཡ་སའ་ཀམ་ཨ་མོ་གྲུ་སིན་པ་ལ་རྩྱུ་རྩྱུ་གིས་འབྱུགས། །རྩམས་སྒྲུ་འོད་གསོལ་སྒྲུ་ལ། མཐར་  
མཆོད་བཟླ་དྲིལ་བཟུའི་རྩེས། མདུན་གྱི་ལྷ་གཞལ་ཡས་ཁང་དང་བཅས་པ་འོད་ཟེར་  
སྒྲ་ཆོག་ས་པའི་རྩམ་པས་རང་ལ་ཐིམ། །མེ་ལྷ་སྒྲུ་བཞིན་གསལ། མེ་ལྷ་དགུས་ཤིང་སྒྲིག་ས་  
ཐོག་རྩམ་སྒྲུ་ལྷ་ར་འབྱུགས། མཐར་མཆོད་བཟླ་དྲིལ་བཟུའི་རྩེས། བཟླ་ས་ཡེ་ཤེས་པ་ཤིག་ས། དམ་  
ཆོག་པ་རང་ལ་བཞིམས་ཏེ་ལས་གཞུགས་བཟུའོ། །འདི་ནི་རྩེ་ལྷ་ར་འོད་པའི་ཕྱིན་ལས་ཀྱན། །ཐོག་ས་མེད་  
འབྱུབ་པར་བྱེད་པའི་ཐབས་མཆོག་རྗེ། །རྒྱུད་དང་མན་རྒྱ་རྩམས་ཀྱི་དཔོངས་པ་བཞིན། །བཟླ་བ་པས་འཕྱོ་  
ཀྲུ་ལས་རབ་འབྱུབ་གྱུར་ཅིག། །རབ་ཆོས་གསེར་འབྱུང་མེ་བྱའི་རྒྱ་བ་གསུམ་པའི་ཆོས་གསུམ་ལ་སྒྲུབ་ཁང་  
འཆི་མེད་མཆོག་གྲུབ་གྱིད་དུ་འཇམ་དཔལ་རྩེ་རྩུ་པ་དགའི་ལོག་ས་སྒྲུ་ལྷུར་ཅིག། མཛུ་ལོ། །

གུན་མཁུན་མི་ལམ་རྒྱ་མཚོའི་གསུང་འབུམ།

[illegible]

༄༅། །བདུད་ཅི་སྒྲུབ་གྱི་སྒྲུབ་ཐེ་འཕགས་ལ་འཆི་མེད་  
སྒྲུབ་མཆོག་གྲུབ་པ་བཞུགས་སོ། །

ཨྱ་སྒྲུལ། འཆི་མེད་མཆོག་གྲུབ་རང་བཞིན་རྣམ་དག་པ། སྤྱིད་གསུམ་དུག་  
སེལ་ཡེ་ཤེས་སྒྲུབ་གྱི་མཆོག་ །སྒྲུབ་སྤྱིད་བདུད་ཅི་བདེ་བ་ཆེན་པོ་ཡི། །དཀྱིལ་  
འཁོར་མཆོག་ལ་གྲུས་པས་བསྟུག་འཆོལ་ལོ། །འདིར་སྒྲུབ་འགྲུབ་གྱི་ཆོས་སྒྲུབ་ཆེན་  
པོ་བདུད་ཅི་ཡོན་ཏན་གྱི་སྒྲུབ་པའི་ལས་སྒྲུབ་ཅུ་བརྒྱད་སྒྲུབ་སྒྲུབ་ཆེན་པོའི་  
སྒྲུབ་པའི་ལག་ལེན་རྒྱས་བརྒྱས་དང་སྒྲུབ་པ་སྒྲུབ་ཆོག་སྒྲུབ་གཞུང་དང་མན་དག་  
རྣམས་ནས་འབྱུང་བའི་དོན་སྟོན་གཅིག་གསལ་པོར་དགོད་པ་ལ། བདུད་  
ཅི་སྒྲུབ་གྱི་ཅུ་བའི་རང་བྱུང་ལུས་གྱི་བདུད་ཅི་སྒྲུབ་སྒྲུབ་ཐེ་འཕགས་ལ་འཆི་མེད་  
ལུས་སྟོན་མཆོན་ལྟན་གྱི་དྲི་ཆེན་ནི་དབུས་སྒྲུབ་གོད་པའི་རྣམས་སོ། །དེ་ཡང་  
དྲི་ཆེན་དེའི་འཕྲོད་ཀྱི་རྣམ་གངས་སྒྲུབ་ཅུ་བ་བརྒྱད་གསུང་སྟེ། སྒྲུབ་པ་ནང་གི་  
བཞི་ནི། གྲུབ་པ་ཐོབ་པའི་སྒྲུབ་མའི་དྲི་ཆེན། དང་སྒྲོང་བདེན་ཆོག་གྲུབ་པའི་  
བདེན་པར་གནས་པའི་དྲི་ཆེན་རྣམ་ནི་དངོས་སམ་མ་རྟེན་ན་དོ་དྲི་ག་ནག་པོས་  
རུང་། ཡང་ན་ལུས་མཆོན་ལྟན་མའི་དྲི་ཆེན། འབྲས་བུ་ལྟ་བུ་བསྒྲུལ་བའི་དྲི་  
ཆེན། གཅིག་སྒྲུབ་པས་གི་དྲི་ཆེན་བཞི་པོ། །མདོན་པ་ཐུའི་བཞི་ནི། ཀུ་ཀུ་རྩ་

ཅའི་དྲི་ཆེན་གྱི་དྲུག་ལུབ། རང་གི་བམ་གྱི་དྲི་ཆེན་གྱིས་རྟོག་པ་འདོམས། བྱ་  
 ལུག་རོན་གྱི་དྲི་ཆེན་གྱིས་དབང་པོ་གསལ། ཉའི་དྲི་ཆེན་གྱིས་མིག་ནོ་བ་སྟེ་  
 བཞིའོ། །གཞན་ཡང་། རོ་བ། ལུལ་མང་པོ་ལུལ། རྩི་ཤ་གོད་པ། རྒྱ་མ།  
 གཉེ་མ་སྟེ་ནང་ཁྲོལ་དྲུག་དང་། ཡང་མྱིད་པ་དཀར་ཀག་གཉིས་ཏེ་བརྒྱད་ཀྱང་དེའི་  
 རྣམ་གྲངས་སུ་བཅིའོ། །ཤར་དུ་སྤྲོ་མ་ཡབ་ལུམ་སྟོམས་པར་ཁྲགས་པ་ལམ་  
 གཞོན་ལུ་མཚན་ལྟན་གྱི་བྱང་སེམས་ཀྱི་འཕྲོད་ཀྱི་ཅུ་བ་བརྒྱད་གསུང་པ་ལས།  
 རང་གི་བཞི་ནི། བྱང་སེམས་ཀྱི་པོ་བྱང་གོ་རོ་ཅན། སྤང་བ། རྒྱ་ལམ་གཞུང་པ།  
 གཤེགས་ལུལ་རྩོད་ཤེའི་ཤ་རི་ར་མལ་རྒྱ་བ། བཞུགས་ས་པེ་ར་ལིག་བསམ་སེལ་མིན་  
 རམ་སྟམ་དང་བཞི། སྤྱིའི་མངོན་པ་བཞི་ནི། མིག་གི་མཐར་ཕྱིན་པ་འབྲས་བུ་  
 སེམས་ཀྱི་མཐར་དབྱུང་བ་མིན་ཡང་དཀར་པོ། རུས་པའི་མཐར་ཕྱིན་པ་སྟོ། ཅ་རྒྱུས་ཀྱི་  
 མཐར་ཕྱིན་པ་སེན་མོ། འབྲས་བུ་སེར་དབུགས་ཀྱི་འང་མཐར་ཕྱིན་པ་བ་སྤྲུང་  
 སྤྱོད། །འདི་དག་མཚན་ལྟན་བམ་གྱི་ལུས་ཀྱི་ཆ་ལས་བྱུང་ན་ལེགས་སོ། །ཡང་རྣམ་གྲངས་གཞན།  
 བྱང་སེམས་དངོས་དང་། བམ་གྱི་གོ་རོ་ཅན། མི་འོ། རྟོ་འོ། འབྲི་འོ། བྱི་འོ་  
 བཅས་བརྒྱད་ལ་ཡང་བཤད་དོ། །སྟོའི་རྣ་རྣུར་ཤ་ཆེན་ཏེ། དེའི་ཅུ་བ་བརྒྱད་  
 བེ། བྱིས་པ་ཞག་གཅིག་སོས་ནས་ཤི་བ། རྒྱེས་བུ་རབ་སྟེ་བདུན་མཚན་ལྟན།  
 རྒྱེས་བུ་སྟོ་བུར་ཤི་བ། འབྲས་བུ་ལྟ་བུ་སྤྲུལ་བ་བཞིའི་ཤ་ལམ། ཡང་རྣམ་གྲངས་  
 སུད་དག་གི་བྱིན་པ་གཉིས་ལག་ངར་གཉིས་ཀྱི་ཤ་བཞི་ནི་མངོན་པ་སྤྱིའི་བཞིའོ། །  
 རང་ནི་རྟ་བྱི་བ་སྤྲང་སྤྲང་ཆེན་བཞིའི་ཤ་སྟེ། ཡང་ན། སྤྱིང་སྟེ་མཁལ་མ་གཞུང་

བ་བཞི་ཡང་དོ། རྒྱལ་ཏུ་ཡུམ་མམ་དོ་རྗེས་མདའ་མ་ཐོག་པའི་བྱང་མེད་མཚན་  
ལྡན་གྱི་རྟ་བཞག་ དེའི་ཙ་བ་བརྒྱད་ནི། བར་གི་བཞི། འབྲས་བུ་ལྔ་བསྐྱལ་  
བའི་སྒྲིང་ཁག་ཅི་ཏྲ་རྟ། ཡབ་གྱི་སྒྲུབ་གཡོན་ནས་བྱུང་བ་ན་སའི་རྟ། རོ་རྗེས་  
མདའ་མ་ཐོག་པའི་རྟ་བཞག་པ་བ་སྐྱལ་རྟ། ཡུམ་མཚན་ལྡན་གྱི་བསྐྱལ་རྟ་  
བཞིའོ། བྱིའི་བཞི་ནི། ཡོང་ཙ། ཨ་སོ། ཅི་རྒྱུད། སྒྲིག་ཙའི་བར་གི་ཁག་  
བཞིའོ། བྱང་གི་ཕྱོགས་སུ་བྲམ་མ་དང་དགེ་སྒོར་སྒྲགས་པ་ལོ་བརྒྱད་གང་རུང་  
ངམ་གསུམ་ཀའི་དི་རྒྱ་བཞག་སྟེ། དེའི་ཙ་བ་བརྒྱད་ནི། སྒྲས་པ་བར་གི་བཞི།  
བྲམ་དག་པའི་དི་རྒྱ། ཡུམ་མཚན་ལྡན་གྱི་དི་རྒྱ། རྒྱ་ལྔ་བསྐྱལ་བའི་བམ་གྱི་  
མཁེས་པ། འབྲས་བུ་ལྔ་བསྐྱལ་བའི་དི་རྒྱའོ། བྱིའི་བཞི་ནི། བྲག་ཁུན་དོའི་  
རྒྱ། ཅོང་ཞི་བདུད་ཅིའི་རྒྱ། ཁ་བ་གངས་ཀྱི་རྒྱ། རྒྱ་མཚོའི་རྒྱ་བཞིའོ། རྟེ་ལྟར་  
ཙ་བ་བརྒྱད་ལ་འཕྲོད་དང་སྒྲོབ་ཀྱི་ཡན་ལག་སྒྲུབ་ནས་སྒྲོང་ཁག་སོགས་སུ་འང་  
འགྱུར་དེ། དེའི་གཙོ་བོ་སྒྲོས་ན། སྒྲན་ལ་དབར་པོའི་རྒྱལ་པོ་ལ། མིག་ན་སྒྲ་  
ཕྱེ་ཅི་ཏྲ་ལ། དེའི་སྒྲོན་པོ། དབྱགས་རྒྱལ་གྲོ་བ། ཁག་མཚན་པ། རྟོང་གན་  
གན་ཆེན། སྒྲེ་བའི་རྒྱ་མཚན་མ། ཁག་རྒྱ་མཚན་པ་ལྔའོ། སྒྲན་གྱི་རྒྱལ་པོ་ཨ་  
རུར། གསེར་འདྲ། ཏ་ས་དེ་བ། ཨ་འབྲས། བྱ་གྱི་ལ། དེའི་སྒྲོན་པོ། བོང་  
དགར། ལི་ག་རུར། ཀ་གོ་ལ། བྱ་དག་སེའབྱུ་ལྔའོ། རྟི་ལི་རྒྱལ་པོ། རྟི་  
ལ་ལ། ག་བུར། སྒྲ་ཅི། ཅན་ན། ལི་ཤི་ལྔའོ། རྟིའི་སྒྲོན་པོ། ལྷ་ག་གེ་སར།  
ཤིང་ལྷ། སྒྲག་སྟེལ། སྒྲ་རྟ་དྲ། བྱ་སྒྲུབ་ལྔའོ། སྒྲོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ། རྒྱ་སྒྲོས།

དུ་ཅུ་ག་ ལྷ་ཅི། ཅན་ན། སྒྲོམ་གྱི་ལོ་མ་ལྷ། དེའི་སྒྲོན་པོ། བྲག་སྒྲོམ། སྤང་  
སྒྲོམ། གཡའ་སྒྲོམ། ས་སྒྲོམ། བ་ལུའི་ལོ་མ་ལྷའོ། །ཚུ་ལྷ། ས་ལས་བྱས་པའི་  
བུའི་ཚུ། སྒྲ་ཚུ། བྲག་ལས་བྱས་པའི་ལྷ་ལྷ་བྲག་ཚུ། རྒྱ་ལས་བྱས་པའི་ལན་ཚུ།  
རྒྱ་ལས་བྱས་པའི་རྒྱ་ཚུ། ཤིང་ལས་བྱས་པའི་ཤིང་ཚུ་ལྷའོ། །འབྲུ་ལྷ་ནི། བས།  
དིལ། རུ་ཆོ། འབས། ཁྲོའོ། །རིན་ཆེན་ལྷ་གསེར་དདུལ་ཟངས་ལྷ་གས་  
གཡའོ། །རྒྱ་ལྷ། ཅོང་ཞི་གྲུབ་པའི་རྒྱ། བྲག་ལྷ་བྲག་གི་རྒྱ། དག་པ་གངས་  
གྱི་རྒྱ། མས་འཛག་རྒྱ་མཆོའི་རྒྱ། འདམ་བུ་བགས་གྱི་ཟར་རྒྱ་སྟེ་བགས་གསེབ་  
བས་བྱང་པའི་རྒྱའོ། །མངར་ལྷ། ཀ་ར། ལུ་རམ། སྤང་ཅི། རྒྱུན་འབྲུམ། ཤིང་  
མངར་པོ། ཞོ་ལྷ། སྟིང་ཞོ་ཤ། མཐའ་ཞོ། ལྷ་གོར་ཞོ་ཤ། མཆོན་པ་ཞོ་ཤ། མཆོར་  
པ་ཞོ་ཤ། སལ་ལྷ། རྒྱ་རྟགས་ཕྱིན་པའི་སལ། བོད་སལ། མོན་སལ། བྱང་སལ།  
རྒྱ་སལ་ལྷའོ། །དེ་ཡང་དབུས་གྱི་བརྒྱར་རྩ་བ་ལྷ་ལས་དྲི་ཆེན་འཕྲོད་བཅས་  
བཞག་ དེའི་སྒྲོབ་རྩ། དབང་པོ་ལྷ་ལས་ཅོ་རྩ། སྒོན་ལྷ་ལས་སྒྲོ་བ། སྒྲོན་ལས་  
ཨ་རུར། སྒོན་ལས་ལི་ག་རུར། དྲི་ལས་རྩ་དྲི། སྒོན་རྩ་གཤེས་ར། སྒོས་ལས་  
རྒྱ་སྒོས། སྒོན་པོ་བྲག་སྒོས། འབྲུ་རུ་ཅོ། རིན་ཆེན་གསེར། རྒྱ་ལས་བྲག་རྒྱ།  
མངར་ལས་བྱར་མ། ཞོ་ཤ་ལས་སྟིང་ཞོ་ཤ། ཚུ་ལས་ར་ཚུ། སལ་ལྷ་ལས་རྟགས་  
ཕྱིན་སྒྲ་ཅི་འདོན་ཆར་ཆོད་པའི་སལ་བཞག། གཞན་ཡང་། ཨ་ག་རུང་གང་པོ། དུ་ཅུ་ག་གཤེས་ ལྷ་  
ཅི། རྒྱ་ལྷའི་ཅོ་རྩ། སྒྲོ་བ། ལྷ་ངཆོན་ཤ། རྒྱ་ལྷའི་མིག་ རྒྱ་བཡིག་ལུ་མིག་ ལུག་མིག་གྲང་གསུང་འདུག་ དེ་  
བཞིན། ཤར་གྱི་བརྒྱར་བྱང་སེམས་འཕྲོད་བཅས་བཞག་ དེའི་སྒྲོབ་རྩ་གོང་ལྷར་



དབང་པོ་སོགས་ལ་རེ་རེ་བྲང་བ། མིག་མཆིན་བ། གསེར་འདྲ། བོང་དཀར།  
ག་མུར་ཤེས། ཤིང་མུ། བལ་མུ་དཀར་པོ། གཡའ་སྒྲོས། འབྲས་དཔུལ། འདམ་  
མུ་ཀ་ར། ཅོང་ཞི། སྤྱ་གོར་ཞོ་ཤ ལན་མུ། ལོ་མ་རྩ་ཆོགས། བོད་ལཔས་སོ། །  
གཏུང་གི་རིམ། ཉི་རིམ། རྩལ་ད། ཐལ་དོར་སོགས་སོ། །ཕྱོ་ཡི་བརྒྱར། རྩ་བ་ཤ་ཆེན་བཞག་  
ལ། དེའི་སྒྲུབ་ཏུ། སྒྲ་སྒྲོབ་སྒྲམ་སྒྲིབ་ཤིང་འབྲས་མུ་ཆེར་བ། ཉ་ས་དེ་བ། ཀ་གོ་ལ།  
མང་ག་མུར། སྤྱ་ཅི། ཉམ་འདྲ། སྤྱག་སྒྲེལ། ལྷེ་པོག་དཀར་པོ། ལྷག་ཆོས། ས་སྒྲོས་  
འདྲ། གཡུ། གཡའ་དང་ལུང་པ་སོགས་དཔུང། ཉི་ལ། འདམ་མུ་ནགས་ཀྱི་ཆུ་  
འབྲུམ། མཁལ་ལོ། ཅོ་རྩ་གསལ་ཤིང་ཞོ་ཞེས་འདོན་ཆར་ཆོད། སྤྱ་མུ། མོན་ལཔ་རྩམས་  
བཞག་ །གཞན་ཡང་ཤ་ཆེན་ཀྱི་འཕྲོད་ཏུ། འབྲས་མུ་ལཱི་ཤས་གཞི་བཟུང་  
ལ། རྩ་གནས་ཀྱི་ཤ་སྒྲོང་། བགས་ན་གནས་པའི་ཤ་སྒྲོང་། ས་ལ་གནས་པའི་  
ཤ་ མཁལ་ལ་ལྷིང་པའི་ཤ་སྒྲོང་ཞེས་པ་ལྟར་ཤ་སྒྲ་ཆོགས་ཆད་དེ། རུབ་ཀྱི་  
བརྒྱར་རྩ་བཞག་ལ། དེའི་སྒྲུབ་ཏུ། ལྷེ། ཉམ་མུང་། ཤན་ཤན་ཆེན་མུ། ཉ་ས་  
དེ་བ། ལ་འབྲས། ཤུ་དག་ ཅོན་དག། སྤྱག་པོ་འདོན་ཆར། གཞུ་ལྷུང་། སྤྱ་ཅི། སྤང་  
སྒྲོས། བས། སྤང་ཅི། ཟངས། རིམ་སོགས་ རྩ་མཆོད་ལྷུ་ཆུ། མཐའི་ཤ་ ལྷ་ལྷ་  
བྲག་མུ། མཆིན་ཞོ། ལུམ་ རྩ་ལཔ་རྩམས་དང་། དེ་རྩམས་ཀྱི་འཕྲོད་ཏུ་རྩ་  
ཉིང་ལྷ་སྒྲེ། དེ་ལ་སྒྲོག་མ་བཅད་པའི་རྩ་ཉི་ཤ། སྒྲོག་ཆགས་ལས་བྱུང་བ་ལྷ་  
ལས། དང་པོ་ས་ཡི་རྩ་ལྷ་ནི། བཅས་ ཡི་ཁྱི། ལྷིང་རོས། མཆོལ། རྩོད་ག་  
དམར་པོའོ། །ཅའི་རྩ་ལྷ་ནི། རམ་ལྷ། བྱེ་རྩག་པ། འབྲི་མོག་ ལྷར་ལྷུམ།

རོ་དྲོག་དམར་པོའོ། མེ་དྲོག་གི་རྟ་ལྟ་ནི། མེ་བའི་མེ་དྲོག་སྐྱུ་པོའི། ལྷག་  
 ཚེས་དམར་པོ། ཏཱ་ལེ་དམར་པོ། སྐྱ་མའི་མེ་དྲོག་ ལྷག་རུ་དམར་པོའོ། །  
 ཤིང་གི་རྟ་ལྟ་ནི། སྐྱོན་ཤིང་། ལྷ་མང་ལྷང་མཁའ་། ལྷ་རུ་ར། འདོན་ཆར་ཡོད། ལྷ་ར་  
 ལུ། ལྷ་ར་ལུ། ལྷ་ག་བའི་འབྲས་ལུ་བཟང་། ལྷ་ར་འབྲུམ་མོ། ལྷོག་ལས་བྱུང་བའི་རྟ་  
 ལྟ་ནི། ལུ་མ་གྱི་བསྐྱེ། ལུ་བ་གྱི་ན་མའི་རྟ། བྱེལ་ལུ་འབར་མའི་རྟ། མ་བྱའི་  
 རྟ། ལྷ་བསྐྱེལ་བའི་རྟའོ། གཞན་ཡང་ལྷོག་ཆགས་སྐྱ་ཚོགས་གྱི་ལྷག་སྐྱ་  
 རི་རྟེན་རྟེན་གྱི་བར་རུ་བསགས་པར་བྱའོ། །འདོག་གི་དབང་རུ་བྱས་ན་དམར་  
 པོ་ཐམས་ཅད་རུ་བར་རུ་བསགས་པར་བྱའོ། །བྱང་གི་བརྒྱར་ཅ་བ་དྲི་རྒྱ་བཞག་  
 དེའི་སྐྱོབ་རྒྱ་པོ་ཆེའི་གདབང་པོ་ལྟ་ལས་ན་བ། སྐྱོན་པོ་ལྟ་ལས་མཚན་མ། སྐྱོན་  
 ལྟ་ལས་བྱ་གྱི་ སྐྱོན་པོ་ལྟ་རྒྱུར། དྲི་ལྟ་ལས་ལི་ཤི་ སྐྱོན་ལྟ་ལས་ལྷེ་བགས་དགར་  
 པོ་འདོན་ཆར་ཡོད་ལི་ག་རུར། སྐྱོན་ལྟ་ལས་རུ་རུ་ག་ སྐྱོན་ལྟ་ལས་བལ་བའི་ལོ་མ།  
 འབྲུ་ལྟ་ལས་ཁྱེ། རིན་ཆེན་ལྟ་ལས་ལྷགས། ལྷ་ལྟ་ལས་གངས་ཀྱི་རྒྱ། ལྷ་ལྟ་  
 ལས་ཤིང་རྒྱ། མངར་ལས་ཤིང་མངར། ལྷོ་ལྟ་ལས་མཚར་ལྷོ། ལུ་ལས་ལྟ་ལས་  
 བྱང་ལུ་ལས་འདོག་ ལྷ་ལྟ་ནི་ལ་བ་གངས་ཀྱི་རྒྱ། ལྷ་མཚོ་མེར་བའི་རྒྱ། མེར་བ་  
 བདུད་ཀྱི་རྒྱ། ཤམ་བུ་ནགས་ཀྱི་རྒྱ། སྐྱོན་ཐང་རན་བའི་རྒྱ་ཡི་རིགས་དང་ལ་  
 དྲོག་དབང་རུ་བྱས་ན་ལྷང་བའི་རིགས་རྣམས་བྱང་རུ་བསགས་པར་བྱའོ། །ཡང་།  
 ཨ་རུར། བན་སེ། ཨ་འབྲས། ལྷ་ལྟ་ལྷ། གི་རྒྱ་ལྷ་རྣམས་དཔུས་དང་ལྷོགས་  
 བཞིར་བཀོད། ཤིང་ཐོག་ལྷ་ལྟ་ལྷ་གོ་ལེ། ཨ་འབྲས་པན་བུམ་གཤེལ་ འགོ་

ཅི་དྲ་དང་ལེང་ལོང་དུ་ གྱི་མི་ཅུ་དྲ་ར་ས་ཡེ་ ག་ཁུར་ཁུ་ཏིག་ལན་ཚ་རྣམས་  
 འདི་དག་ཅུ་བ་བརྒྱད་དང་སྒྲུབ་ཤེས་ཀྱི་མ་ལའི་བདུད་ཅི་སྒྲུབ་བ་ལས་འབྱུང་  
 ཞིང་། གཞན་ཡང་རྫོ་བྱ་བྱི་ཁྲ་ ལྷོན་པའི་ཤིང་། ཅ་ཏའི་ཤིང་། གལ་པའི་ཤིང་།  
 ཀ་ཤོ་ཀ་རྣམས་སོ། །བདུད་ཅི་བདེ་བ་ཆེན་པོའི་རྒྱུད་ལས། ཨ་རུ་ར་ནི་རྣམ་  
 པ་བདུན། རྣམ་པར་རྒྱལ་དང་གསུམ་གྱིས་སྒྲེལ། གསོད་བྱེད་དང་ནི་བདུད་  
 ཅི་དང་། འཛིགས་བྱེད་དང་ནི་འཕེལ་བྱེད་དང་། སྒྲིམ་བྱེད་དང་ནི་བདུན་  
 ཡིན་ནོ། །ཞེས་རིགས་བདུན་པོ་སྒྲུབ་རྒྱུད་ལྟར་བརྟགས་པ་དང་། བྲག་ཁྱུ།  
 གསེར་ཁྱུ། དངུལ་ཁྱུ། གཡུ་ཁྱུ། ཟངས་ཁྱུ། ལྷགས་ཁྱུ་ལྟ་བུ་སོགས་ཀྱང་  
 རིགས་ལྟར་མཆོན། རྫོ་བྱ་གསེར་གྱི་ཤིང་། ལྷར་བྲ། ར་མོ་ཤག་ ཉེ་ཤིང་།  
 ལྷག་མིག་ ར་སྒྲིན་པ། ལ་ལྷག་དམར་པོ། བསྐྱར་དོ་རྩེ། བྱི་ཆེ་ལག་ དབང་  
 ལག་ བ་སྒྲ། བྲེག་ སྒྲ་ཤོར། ཏུང་། མགྲོན་བྲ། འབྲུག་བྲ། སེམས་ཅན་སྒྲ་  
 ཆོགས་པའི་བྲས་པ། རྒྱ་མཆོའི་ལྷ་བ་ལ་སོགས་པ་ཀུན་ཁྲོལ་བྲ་དབྱེ་བ་མེད་པ་  
 དང་། འབྲས་ཆང་། ཤོ་ཆང་། ཏིལ་དཀར་ནག་དང་ཟེར་གསུམ་གྱི་ཆང་། སྒྲང་  
 ཆང་། བས་ཆང་སོགས་ཆང་སྒྲ་དང་། དེ་ལྟར་སྒྲུབ་ཐམས་ཅད་ཁ་དོག་གི་དབང་  
 དུ་བྱས་ན། དབྲས་སྒྲ། དེ་བཞིན་གསེགས་པའི་རིགས། ཤ་ཆེན་གྱི་འཁོར་དུ་  
 སྒྲུབ་ལ་ཨ་རུ་ཤིང་མངར་སོགས་མ་དོག་སེར་ཤས་ཅན་རྣམས་དང་། རིན་པོ་  
 ཆེ་ལས་གསེར་དངུལ་སྒྲར་ལེན་སོགས་སེར་པོ་སོགས་ཆགས་དམར་སེར་གྱི་ཤ་  
 བྲག་ ཤིང་ཐོག་སོགས་སེར་པོའི་རིགས་རྣམས་དང་། རོའི་དབང་དུ་བྱས་ན་

ཅིམ་པ་ཉིལ་སྟོགས་ཁ་བའི་རིགས་བསགས། ཤར་དུ་དོ་རྗེའི་རིགས་བྱང་སེམས་  
ཀྱི་འཁོར་དུ། ག་བུར་རིང་སྟེལ། དེའི་སྒྲིབ་ཐར་དོ་སྟོགས། ཅུག་ཅན་དན་  
དཀར་པོ། རྟུང་མུ་ཉིག་དཀར་པོ། འབྲས་སྟོགས་འབྱུང་ཀར་ཀར་དཀར་གསུམ་  
དཀར་པོའི་རིགས་དང་། རོ་ཡི་དབང་དུ་བྱས་ན་ཨ་རུ་སྟོགས་སྒྲིབ་རྒྱམས་  
བསགས། ལྟར་རིན་ཆེན་རིགས་སམ་སའི་འཁོར་དུ། ཞོ་ཤ་གསུམ་སྟོགས་  
དང་མདོག་སྒྲིབ་པའི་རིགས། ལྟར་བུ་སྒྲིབ་རུ་སྟོགས་རོ་སྒྲིབ་ཆད་བསགས། ལུབ་  
བདྲའི་རིགས་རྟུའི་འཁོར་དུ། རྟག་སྒྲིབ་ལི་ཤི་ཅན་དན་དམར་པོ་སྒྲིབ་དུ། སི་སྒྲིབ་  
ར། བྱེ་རུ་སྟོགས་དམར་པོའི་རིགས་དང་། ལུ་རམ་སྟོགས་རོ་མངར་བ་དང་ལན་  
ལྟར་ཐམས་ཅད་བསགས། བྱང་ལས་ཀྱི་རིགས་དྲི་རྒྱའི་འཁོར་དུ། བྲག་ལྷན་  
ཅོང་ཞི་སྟོགས་རྒྱའི་འཕྲོད་དང་། གཡུ་མར་གད་སྟོགས་སྒྲན་དང་རིན་ཆེན་  
སྟོགས་མདོག་ལྷང་ག། རོ་ཆ་བ་མི་ཡིང་སྟོགས་དང་། གཞན་ཡང་རོ་འདྲེས་  
བ་སྒྲིབ་སྟོགས་བཞག་གསུང་། དེ་ལྟར་རོ་དུག་དང་སྒྲན་སྒྲིབ་སྒྲིབ་དང་། མེ་དོག་  
སྒྲིབ་སྟོགས་རྒྱ་བར་གདོགས་བ་རྒྱམས་གང་རྟེན་བསགས་བར་བྱ་སྟེ་རྒྱ་སྟེ་རྒྱ་སྟེ་གཙོ་  
པོའོ། །གཞན་ཡང་དོ་རྗེའི་རིགས་གཙོ་པོར་སྒྲིབ་ན་བྱང་སེམས་དབུས་སུ་བཞག་  
ཤ་ཆེན་ཤར་དུ་བཞག་བ་སྟོགས་རིགས་ལྷར་འགྲོའོ། །གཞན་ཡང་རྒྱམ་གྲངས་  
སྟེ་གཙོ་པོ་ལྷ། དྲི་ཆེན། དྲི་རྒྱ། བྱང་སེམས། རྟུ། ཤ་ཆེན་ཀྱི་དང་མ་ལྷའོ། །  
སྒྲིབ་པོ་ལྷའམ་གཙང་མའི་དབང་པོ་ལྷའོ། །མིག་རྒྱ་སྒྲིབ་སྒྲིབ་ལྷའོ། །འབྲས་  
བུ་ལྷ། རྟུང་འགོ་མིག་རྟ། ལྷམ། མིག་རྒྱུ་ལྷམས། ལེབ། མིག་པ་ཁ་སྒྲང་། དབྲག་ །

འདབ་པ། ཆགས། ས་འོག་གནས་པ་བྱི་བ་སོགས་མཆེ་བ་ཅན་གྱི་ཤ་ལྟོ། །  
 ཡང་མི་སྒྲེ་སོགས་རྒྱུ་ལེབ། སེང་གེ་སོགས་མཆེ་སྒྲེར་ཅན། སྤང་སོགས་མིག་  
 པ་ཁ་དབྱག་རྟ་སོགས་མིག་རྒྱུ། འདབ་ཆགས་གཤོགས་ཅན་བྱ་རྣམས་ཀྱི་  
 ལྟ་ཡང་བཞེད། ཡོན་ཏན་ལྟ་ཞེས་པར་འགའ་ཞིག་གིས་འབྲས་གསུམ་དང་  
 ཅུག་དང་། ལི་ཤི་ལྟ་ལ་བཞེད་ཀྱང་ཅུག་དང་། སི་རྒྱུར། ཨ་ཁུར། སྒོས་ཆེན།  
 ལྟ་ཆེར་ལྟ་ནི། དེམ་པ་ལྟར་རྒྱས་ཀྱི་བྱང་སེམས་དཀར་དམར། ཤ་ཆེན། དྲི་  
 ཆེན་དྲི་རྒྱུ་རྣམས་སྒྲུབ་ཤད་བ་དོན་ལ་གནས་ཞེས་དཔེ་འགའ་གསུངས་སོ། །  
 སྤྱད་པ་ལྟ་ནི་བཞི་མཉམ་སྟེང་དུ་བདུད་ཅི་ཐབ་རྒྱུན་དང་། ཡང་ག་ལུར། ལྟ་  
 ལྟལ། རྩྱ་ཏི། སྤྱ་ཅི། ཅན་དན་ལྟོ། །འཕྱིག་ཏུ་སྤྱ་ཅི་འི་ཆབ་ཏུ་ཐབ་བྱེད་པ་  
 རྒྱུར། གཞི་ལྟ་ནི་ཀར་ལུ་རམ་སྤྱང་ཅི། འོ་མ་མར་ལྟ་ལ་སོགས་པ་རྣམ་གྲངས་  
 མང་བ་ཡོད་དོ། །ལྟལ་བ་ལྟ་ནི་ཨ་གར་ནག་པོ། ཏུ་ཅུ་ཀ་ ལི་ག་ཏུར། དབང་  
 ལག་སྒྲུག་སྒྲེལ་ལྟ་སྟེ། དེ་རྣམས་ལ་སྒྲུབ་གཞན་དུ་ལ་བའི་རྒྱས་པ་ལྟན་པས་  
 དེ་ལྟར་བཏགས་སོགས་སྤངས་དེ་ལྟར་ལྟ་ཆོན་བརྒྱད་པོ་འདི་ལའང་རྩ་བ་བརྒྱད་  
 ཀྱི་ཐ་སྟོད་བྱེད་པ་དང་ལྟ་ཆོན་དེ་དག་རེ་རེ་ལ་ནང་གསེས་དེགས་བརྒྱུར་སྒྲུར་  
 བས་སྟོང་སོགས་སྒྲུ་འགྱུར་ཏེ་འདབ་ཆགས་སོགས་དེགས་བརྒྱུ་རེར་བྱེདོ། །  
 འཇར་བྱུང་དུ་དགོས་དོན་ལྟ། རྒྱལ་པོ། རྒྱལ་ཐེབ། ཀམ་གིང་ག་རྒྱུངས་མ་ལྟ་  
 དང་། དགོས་ཆེད་ལྟ་དར་དང་ཆོན། ཆོན་སྤྱད་དང་ཐིག་སྤྱད། ཀ་ལྟ་ལ་ལྟོ་  
 ཞེས་བཤད་དོ། །དེ་ཡང་། དང་པོར་སྒྲུབ་ཁྲོལ་ལུ་རྣམས་ཞེས་དང་། སྤྱ་སྤྱི་ཞེས་

པ་ངོས་འཛིན་ཚུལ་སྣ་ཚོགས་ཡོད་ཀྱང་འབྲས་སུ་ལྡེའི་ཅི་ཏྱར་བཞེད་ཅེས་དང་།  
ཡང་ན་འབྲས་སུ་ལྡེའི་ཐོད་པ་སྟེ། མི་སྤྱང་ཆེན། ཏྲམ་པོང་བ། མ་བྱའམ་ཤང་  
ཤང་། ཀྱ་ཀྱ་ལྡ་ཤང་རུང་ཁ་ཁ་དོག་གི་ཐོད་པར་བཤད་ཅེས་དང་། སྤྱིར་རྒྱ་ལྡང་འབྲས་སུ་ལྡ་  
ཞེས་མི་ཏྲ་སྤྱང་ཁྱི་བྱ་ལྡ་སུ་ཤེའི་རྒྱ་དེ་ལ་ངོས་འཛིན་པ་ཡིན་ནོ། རྟོག་དང་། རོ་རུས་དང་ངོ་  
པོའི་ཡོན་ཏྱར་ཤང་རུང་གི་སྒྲོ་ནས་སྟེ་ཆོན་བྱེ་ལ་བརྒྱ་སོ་སོར་བྱོགས་མཚམས་  
སུ་བཀོད་ཏེ་རིགས་བརྒྱ་དང་རིགས་ལྡ་སོགས་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར་སྒྲུབ་དགོས་སོ། །  
དེ་ལ་སྒྲུབ་འདི་དག་བཞག་པའི་སྒྲོ་དེ་གཙོ་བོར་ཀ་པ་ལ་སྟེ། དེ་ཡང་སྒྲུབ་གསུམ་  
ལྟོན་གྲུབ་དོ་ཇེ་ཀ་པ་ལ་མེད་པའི་ཐོད་པ་ཡང་ཟེམ། ལ་ཞེས་པ་མཚོན་ལྟར་སྒྲུབ་མེད་ཆོངས་  
སྒྲུབ་ཅན་དུ་གཞུགས་སོགས་བཞག། དེའི་ནང་ལོག་ཏུ། མི་འབྱུར་ལྟོན་གྲུབ་དོ་  
ཇེ་ཀ་པ་ལ། ཞེས་པ་རུས་སྒྲུལ་ཐོད་པ་སྟེ་མ་འབྱོར་ན་རུས་སྒྲུལ་ལོག་པས་རུང་།  
དེའི་ནང་དུ་གི་ལྷོ་གིས་རྟེན་བྱས་སོ། །སྟོག་པ་ཆེན་ཐོད་པའི་ཞབས་སུ་བཞག་  
པས་ཆོག་གོ། མི་འབྱུར་སྒྲུབ་ཀྱི་ལྟ་བུ་ལྟར་སྒྲུབ་པ་ཞེས་པ་དཀར་  
རྒྱུ་སྒྲུབ་མེད་ཤར་དུ་བཞག། ཡིད་བཞིན་གཏེར་ལྟར་ཞེས་གསེར་མདོག་སྒྲུལ་  
མང་འབྱར་བཞི་པ། དཔག་བསམ་ཤིང་ལོ་སོགས་ཀྱི་རི་མོ་ཅན་ལྟ་བུ་བཀོད་།  
ཁམས་གསུམ་དབང་སྒྲུབ་ཅེས་རྒྱ་གམ་ཤོད་སུ་གཉིས་གཉིས་གསུམ་པ། པའམ།  
དམར་མདངས་ཆགས་པ་བསྐྱེའི་རི་མོ་ཅན་ལྟ་བུ་བཀོད་། ཆོ་འབྱུལ་ཏྲགས་  
འབྱིན་དོ་ཇེ་ཀ་པ་ལ་ཞེས་པ། དབྱིབས་གྲུ་གསུམ་གྱི་སྒྲུབ་པའི་མདངས་ཆགས་པ། རྣམ་  
ཅན་གཤོང་སུ་གསུམ་པ། དོ་ཇེ་རྒྱ་གམ་སོགས་ཀྱི་མཚན་པ་བྱང་དུ་བཀོད་།

ཐོད་པ་འདི་དག་མདོག་དབྱིབས་རིམ་མ་འཛུལ་བ་ཚད་ལྡན་བྱུང་ན་རེ། དེ་མེན་ཅི་རིགས་ཚང་བ་ལ་རོས་  
 འཛིན་དགོས་སོ། །གཞན་ཡང་སྒྲུབ་ཆ་མས་བཞག་པའི་སྒྲོད་ཀྱི་ཆ་མ་གྲངས། དབུས་  
 སྒྲུབ་སྒྲུབ་ལོག་པ་གོང་བཤད་ལྟར་དང་། ཤར་སྒྲོར་སེང་གའི་ཐོད་པ། མ་  
 ལོན་ན་ཚབ་བྱིད་ཀར་ཐོད་པ། ལྟོ་རུབ་བྱུང་ཆེན་གྱི་ཐོད་པ། མ་རྟེན་ན་ཡུལ་  
 བྱུང་གི་ཐོད་པས་ཚབ་རུང་། རུབ་བྱུང་སྒྲུག་གི་ཐོད་པ། བྱུང་ཤར་མི་ཆེན་ལྟ་ཆེན་  
 གྱི་ བྱུང་གི་ཐོད་ཕྱག་ཚུགས་པོ། །པ། འདི་བཞིར་མི་ཤིག་མཛོད་ལྡན་སོགས་ཀྱི་  
 ཀ་བླ་ལའི་མིང་འདོགས་མཛད་དོ། །ཡང་ཤར་གྱི་གྲུ་ཆད་ལ་ལྷག་ཐུན་མ་སྟེ་  
 བ་མིང་མང་པོ་ཅན་གྱི་བྱ་སྒྲིང་གི་ཐོད་པ། ལྟོ་རུབ་ཀྱི་གྲུ་ཆད་ལ་བྱུང་ཆུ་མ་ཟག་  
 པ་སྟེ་བྱ་ཆ་མི་ཟག་པའི་ཐོད་པ། རུབ་བྱུང་སྒྲུབ་པ་ལ་པ་ཁེས་དོ་རྗེས་མདའ་མ་  
 སོག་པའི་ཐོད་པ། བྱུང་གི་གྲུ་ཆད་ལ་དབང་དང་ལྡན་པ་ཁེས་པ་མིང་དབང་ཆེན་  
 ཁ་བྲག་ཡོད་པའི་ཐོད་པ་བཞག་ སྒྲོ་བཞིར་ཤར་དུ་བརྒྱ་རྒྱ་གཤ། ལྟོར་སོགས་  
 ཁ། རུབ་རྒྱུ་པོ། བྱུང་གྲུ་བཞི་སྟེ་སྒྲིང་བཞིའི་དབྱིབས་ཅན་བཀོད། དེ་ལྟར་  
 ཐོད་པ་རྒྱམས་ཚང་བའོ། ཐོད་པ་གྲངས་ཀྱང་བཅུ་དྲུག་གཤ། ལྟར་ཡང་ལྟ་ནས་  
 བདུན་གྱི་བར་ཅམ་མེད་དུ་མི་རུང་བར་བཤད། གཞན་ཡང་དབྱིབས་ཀྱི་དབང་  
 དུ་བྱས་ན། འཁོར་ལོ་དང་དོ་རྗེ་སོགས་ཀྱི་དབྱིབས་ཅན། རྗེས་རྒྱམས་སོ་སོའི་  
 རྒྱུགས་སྒྲུབ་སྒྲུགས། མདོག་གི་དབང་དུ་བྱས་ན། གོང་བཤད་ལྟར་རེ། ཡང་  
 བདུས་དཀར། ཤར་སྒྲོ། ལྟོ་སེར། རུབ་དམར། བྱུང་ལྡང་གྲུ་བསྒྲུགས། ཡང་  
 ཕ་བའི་རིགས་དབུས། ཡལ་ག་ཤར། ལོ་མ་སྟོ། མེདོག་རུབ། འབྲས་བྱུང་

ལྷ་ཁུངས་། གཞན་ཡང་ཤར་དུ་མི་རྟ་བྱི་བ་དམར་འབྲི་བྱ་ལྷར་མ་སོགས་གྱི་  
འོ་མ་དང་། ཤིང་སུ་ཏའི་འོ་མ་སོགས་དང་ཤེལ་གྱི་སྒྲོང་དུ་བཞག་ ལྷོར་ལྷགས་  
ཐོར་དུ་འབྱུ་ལྷ་རིན་ཆེན་སོགས་འབྱུ་ཡི་རིགས་ཐམས་ཅད་བཞག་ ལུབ་ཏུ་  
མཆོང་ཐོར་དུ་རིན་པོ་ཆེ་སྒྲ་ཆོགས་སུ་བཞག་ བྱང་དུ་གསེར་ཐོར་དུ་མཁྱིས་པ་  
སྒྲ་ཆོགས་དང་། དི་ཆུ་སྒྲ་ཆོགས་བཀོད། ཡང་། བན་ས་ཞེས་པ་སྟག་སངས་དོམ་  
དྲིད་བྱི་སོགས་སྟེར་ཆགས་མཆེ་བ་ཅན་གྱི་ཤ་ཐམས་ཅད་དབུས་སུ་བཞག་ ཨ་  
རུ་ཞེས་སྐྱང་པོ་ཆེ་དང་བ་ལང་དང་གནག་དང་ལུག་སོགས་མྱིག་པ་ཁ་དབྱག་  
ཅན་གྱི་ཤ་ཐམས་ཅད་ཤར་དུ་བསགས། མྱིག་ལེབ་ཨ་འབྲས་ཞེས། མི་དང་  
ཤར་ཤར་སྒྲེལ་འབྲི་བ་མི་རྒྱུད་སོགས་རྒྱང་ལེབ་གདོང་ཅན་གྱི་ཤ་རྣམས་ལྷོར་  
བཀོད། རྒྱན་འབྲུམ་ཞེས་པ་རྟ་པོར་རྒྱང་སོགས་མྱིག་ལྷུམ་གྱི་ཤ་ཐམས་ཅད་  
ལུབ་ཏུ་བཀོད། བ་ལི་ཀེར་ཞེས་མ་བྱ་བྱ་རྒྱུད་ལེ་བྲ་སྐྱུ་ག་ལྷུང་སོགས་འདབ་  
ཆགས་སྟེར་ཅན་རིགས་གྱི་ཤ་ཐམས་ཅད་བྱང་དུ་བསགས། དེ་ཡང་ཨ་རུ་དང་  
རྒྱན་འབྲུམ་སོགས་གྱི་མིང་གི་བརྒྱུད་འདི་དག་ཤ་ལྷའི་བརྒྱུད་ལོན་ཏེ། འདི་རང་  
བདུད་རྩི་རྒྱུད་ན་གསལ་བ་བཞིན་བཀོད་ལ། གཞན་དུ་འབྲུམ་པ་ཞེད་རྩུལ་  
ཡོད་དེ། རྒྱན་འབྲུམ་སྐྱང་པོ་ཆེའི། ཨ་རུ་རའམ་ཨ་ག་རུ་རྟ་ཤ་གི་ལེ་གི་རྒྱལ་  
བྱི་སོགས་ཤ་ ཨ་ཐུ་མི་སོགས་ཤ་ བ་ལེ་བ་ལང་གི་ཤ་ལ་བརྗོད་པ་སོགས་དང་།  
ཐྱོགས་སུ་འགོད་རྩུལ་ཡང་འབྲུམ་པ་ཡོད་དེ་མི་འགལ་ཡང་འདིར་ནི་འདི་བཞིན་  
བྱུང་། དེར་མ་ཟད་སྟག་ན་ཉལ་བ་སྟོང་། དེ་བཞིན་ལྷུང་འཛུལ། མཁའ་ལ་



[illegible]

པར་འབུམ་སྤྲུག་ཡངས་པའི་བརྩུང་ཅེས་བྱ་ཞིང་། སྤྱིར་དབྱེ་བ་མེད་པར་ཀུན་  
ཅི་ཚོགས་སུ་བསམགས་པར་བྱ་སྟེ། སྤང་སྤིང་ཡོན་ས་བདུད་ཅིར་གནས་པས་  
དུག་ལྷ་ཉིད་སྤྲུག་དུ་འགྱུར་བ་ལགས་ན་གཞན་ལྟ་ཅི་སྟོས་ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར།  
སྤྱིར་ཤེས་པར་བྱ་ཞིང་། སྤྱང་བསྤྱར་གྱི་ལུས་པ་ཐོབ་ན་མི་རུང་བའི་རྣམ་གང་  
ཡང་མེད་དེ་ཐམས་ཅད་བདུད་ཅི་ཉིད་དོ། །འོན་ཀྱང་ཐུན་མོང་གི་ཚོས་སྤྲུག་སྤྱབ་  
ཚོད་མིགས་བསལ་ཏེ་གསུངས་པ། དེ་ཡང་ཤ་ལ་མི་དགོས་པ་མེད་ཀྱང་ཐུ་ཤུད་  
མཚོ་ལ་བའི་ཤ་མི་འཚལ་ཞེས་གསུངས། འདི་དྲི་ར་ཞིང་རྣམ་གང་དུ་ཡང་མི་  
འགོ་བ་སོགས་གྱི་ཕྱིར་དོ། །དེ་བཞིན་ཁྲག་སྤེལ་ནང་དཔེ་ཁྲག་མཛོད་ཁྲག་ཡུགས་  
ཁྲག་སོགས་དང་དེ་དག་གི་ཤ་སྤྲུ་སོགས་མི་གཏོང་དོ། །དེ་བཞིན་དྲི་ཡི་སྤྱང་  
ཀྱར་གྱུར་པའི་ཕྱིར། སྤྲུག་ལ་མི་དགོས་པ་མེད་ན་ཡང་། ཅི་བོ་ཆེ་སྟེ་ཤིང་ཀུན་  
མི་དགོས། སྟོས་ལ་མི་དགོས་པ་མེད་ན་ཡང་སྤྱི་ཅི་མི་འཚལ་ཞེས་གསུངས་  
པ་འདི་གཉིས་སྤྲུག་སྤྱིར་དུ་བསྟེ་མི་རུང་བ་མིན་ཏེ། ལུས་པའི་ཡོན་ཏན་ཆེ་བས་  
སྤྱི་ཅི་ནི་གོང་གི་སྒྲུབས་སུ་ཡང་དགོས་པར་གསུངས་པ་བཞིན་ནོ། །འོན་ཀྱང་  
འདི་དག་མང་ན་འདི་དག་གི་དྲིས་སྤྲུག་གཞན་གྱི་དྲི་འགོག་པའི་ཕྱིར་དེ་ལྟར་  
གསུང་བ་སྟེ། དེ་དག་ཐང་ལ་སྟེ་ནས་དྲི་ལྟོག་ན་འགལ་བ་མེད་གསུངས། ཅི་  
ལ་མི་དགོས་པ་མེད་ཀྱང་དུག་གི་མེ་ཏོག་མི་དགོས་གསུངས་པ་དེར་མ་ཟད།  
དུག་རིགས་དང་། ཐར་ལུ་སོགས་བཤལ་སྤྲུག་མང་ན་མི་ལེགས་པས་བཀག་  
པ་ཉིད་དོ། །གཞན་ཡང་སྟོག་པ་ཤིང་ཀུན་ཤུད་ག་ཕྱི་རུག་ཅ་སྤྱི་བ། ཅ་ཁུ་ཐུག་

སྟགས་ཀྱི་སྒྱུར་ལྷ། སྒྱུར་གྱི་ཕ་ཤུད་ཟེར་མོ་སོ་ཏོ་རོག་པོ། མཛོད་ལ་ཤ་སྟགས་  
ཤེས་སྒྱུར་ལྷ། སྒྱུ་མ་རི་ཤོ་སྟག་མའི་མེ་ཏོག་སྟགས་མེ་ཏོག་གི་སྒྱུར་ལྷ། རྟག་  
སྒྲ་ཆོག་སྒྲ་ཆུ་སྒྲ་ལའི་སྒྱུར་གྱི་གཞི་བ་རིགས་དང་། ཐལ་ཆ་བ་ཆ་བོད་ད་  
དཀར་དམར་ཏོད་ལེན་རྒྱུ་སྒྲ་མང་ན་རོ་ལན་ལྟ་དང་ཁ་བ་བསྒྱུར་བས་རོ་ཡི་  
སྒྱུར་གྱི་སྒྲ་རྒྱུན་སྒྲོན་པོའི་མེ་ཏོག་སྟགས་མང་ན་མདོག་འཕྲོག་པས་མདོག་  
གི་སྒྱུར་གྱི་ཞེས་བཤད། གཞན་བྲག་སྒྲོས། སྒྲ་སྒྲོས་སྟགས་ཀྱང་མང་ཆེན་  
མི་ལེགས་པས། སྒྲུབ་སྒྱུར་བའི་ཆེ་མདོག་དང་དྲི་རོ་སྟག་སྒྲུ་ཆོག་སྒྲ་ལ་སྒྱུར་  
ན་ལེགས་པས། རོ་རྒྱུ་མདོག་དྲི་གང་ཡང་བཟང་འཇམ་རྒྱུ་སྒྲ་མང་ཞིང་། དེ་  
སྒྲོག་རྒྱུ་སྒྲ་ལྟར་བར་བྱ་སྟེ། ལ་སྒྲུབ་སྒྲུ་མ་གཉིས། བོད་སྒྲུབ་སྒྲུ་མ་ཆ། བད་གི་  
སྒྲུབ་དང་ཤ་རྒྱུ་སྒྲ་ཤེས་སྒྱུར་སྒྲོན་སྒྲོན་སྒྲུ་མ་ཆ་སྒྲུབ་པར་སྒྱུར་ཞེས་གཉག་ལོ་  
ཆེན་པོས་གསུངས། དེའི་ཕྱིར་གཙོ་བོ་ཨ་རུ་རུ་སྒྲུ་ལ་བྲེ་གང་ལྟ་བུ་ལྟར་མཐའ་  
ལ་དཔེར་བྱས་ན། བ་རུ་སྒྲུ་ལ་སྒྱུར། སྒྱུ་རུ་སྒྲུ་ལ་སྒྱུར། ཅན་དན་དཀར་དམར་  
བསྒྲོམ་བ་སྒྲུ་ལ་གང་། གུར་གུམ་སྒྲུ་ལ་སྒྱུར། ལྷ་གི་དུ་ལ་མ་གི་ཆི་ལི་གི་བསྒྲོམ་  
བ་སྒྲུ་ལ་སྒྱུར། དབང་ལག་སྒྲུ་ལ་གང་། ལི་ག་དུར་སྒྲུ་ལ་གང་ངམ་དོ། སྒྲ་དང་  
ཀ་ར་སྒྲུ་ལ་དོ་ཅམ་གཞིར་བྱས་ལ་སྒྲུབ་གཞན་ལྟར་ཅམ་གང་བ་གསུངས། གོང་  
བཤད་ལྟར་ཤ་རྒྱུ་སྒྲ་མེད་ན་ཡིད་ཀྱིས་བརྟག་པས་ཆོག་སྟེ། ལྷི་ལྷང་གུ་ལས་  
མི་དང་། སྒྲ་སེར་པོ་ལས་དུད་འགོ་སྟགས་སྒྲ་ཆོག་སྒྲ་མང་པོར་བསམ་སྟེ། དེ་  
དག་རང་གི་ལག་ནས་གི་བའི་ཤར་མོས་པར་བྱའོ་གསུང་། དེ་བཞིན་སྒྲུབ་སྒྱུར་

ཀྱུས་བསྐྱུས་ཅི་རིགས་བྱས་པ་ལ། ལྷང་མིང་གི་སྒྲན་དགོས་ཆད་ཡོད་པར་མོས་  
 པ་བྱའོ། །ཤལ་ཏེ་གོང་ལྟར་ཀྱུས་པར་བྱེ་བ་བཞིན་དུ་མ་གྲུབ་ན་ལག་ལེན་འབྱིང་  
 བོའི་དབང་དུ་བྱས་ཏེ། ཅུ་བ་བརྟུང་ཅི་ལྟ་ལ་གཞི་བྱས་ནས། དྲི་ཆེན་སྒྲོབ་དུ།  
 རྩེ་ཏི་ཨ་རུ་སྐྱུག་སྒྲེལ། ཨ་ག་སྤ། དུ་རུ་སྐྱུ་ལ། བྱང་སེམས་སྒྲོབ་དུ། ཅུག་ད།  
 ག་ལུར། ལྷ་རི་རམ། གངས་ཐིག ཐར་རྩོང་ལ། འཆེན་སྒྲོབ་དུ། ལྷིང་ཞོམ་ལལ་  
 ཞོ་སྒྲུ་གོར་ཞོ་ཤ་ག་གོ་ལ་ཅི་ཏྲ་ག་ལ། རྩེ་ཏི་སྒྲོབ་དུ། ཅན་དན་དམར་པོ། ལི་  
 ཤི་ཤི་སྒྲུ་རུར། ལྷར་ལ། རམ་ལུ་ལ། དྲི་ཆུའི་སྒྲོབ་དུ། ཅོང་ཞི། བྲག་ཁྱུན། ལི་  
 ག་དུར། གུར་གུམ། ལྷང་དཀར་སོགས་ཀྱི་ཐང་ཆུ་སྒྲེན་དགོ་ཅུ་བ་བརྟུང་ལས་  
 འཕྲོས་སོ། །ཕྱིའི་ཅུ་བ་བརྟུང་ནི། ཅན་དན་སྒྲུལ་གྱི་སྒྲིང་པོ་ལ་ཆད་སྟེ། ཅུ་བ་  
 ལུ་ལ་པ་ཏི། ལྷང་པོ་ཅན་དན་དཀར་སྐྱག་པོ་འང་ཟེས། པོ། ཡལ་ག་སྐབ་འང་ཟེས།  
 ལི་ཤི་ལོ་མ་ཡལ་ག་འང་ཟེས། ག་རྩ་རྩ་ད། ལུན་པ་ཤིང་ཆ། མེ་ཏོག་གུར་གུམ།  
 འབྲས་ལུ་རྩེ་ཏི། ལྷིང་པོ་ག་ལུར་ནམས་སྐབ་ཤད་པས་དེ་བརྟུང་ཅུ་བར་བརྟུང་  
 ལ། ཡན་ལག་སྒྲིང་ནི། ཨ་རུ་རིགས་ལྟ་ག་ལུར་རིགས་གསུམ་གི་ཕྱི་བ་རུར་  
 འབྲས་སྐྱ་གསུམ་གི་སར་གསུམ། གུ་གུལ་དཀར་ནག་གིས་མཆོའི་ཀྱུ་བལ་ནས་  
 ལྷང་བའི་ཅི་སྒྲན་རིགས་དང་། ཨ་གར་རིགས་བཞི་སོགས་ཤིང་སྒྲན། ཆོས་  
 བཅོམ་ཞུ་མཁན་བསེལ་བ་སྐྱར་ལུ་མོན་ལུ་ལ་སོགས་དང་ལུག་པའི་བར་སྒྲན་  
 དུ་གཏོགས་པའི་རིགས་དང་། བོད་དུ་སྒྲེ་བའི་རུ་དྲ་དབང་ལག་ཅུ་བ་ལྟ་སོགས་  
 ཅུ་བའི་རིགས། ལྷག་ཆེར་སེང་ཆེན་སོགས་སྒྲིང་པོ་དང་ལུན་པའི་རིགས། ཏྲག་

དུ་རིགས་གསུམ་ཡུལ་སྒོ་དཀར་སོགས་མེ་དྲོག་གི་རིགས། གོ་མ་གོ་སྟོང་  
 སོགས་འབྲས་ལ། ཏར་ཀྱ་སྟོ་ལོ་སོགས་ལོ་མ། རྒྱུ་འབྲུམ་སྟར་ཁ་ཁམ་ལུ་  
 སོགས་ཤིང་སོག་གི་རིགས། དྲག་ལྷན་རིགས་ལུ་མདུང་ཅེ་སྒྲུལ་རྒྱུ་མཆལ་  
 ཆེན་སོགས་རྟོ་ལས་བྱུང་བ་སྟེ། མདོར་ན་དུག་རིགས་དང་བཤལ་སྒྲུགས་ཀྱི་  
 སྒྲུབ་མིན་པའི་ཅུ་སྟོ་ས་རྟོ་སྟེ་སྒྲུབ་སོགས་ཆོང་སྒྲུར་དགོས་ལ་ཁྱ་སྒྲུབ་ཀྱི་  
 གསུངས་ཀྱང་རོ་སོགས་ལ་གཞོད་ཅིང་མཆོར་རིགས་ཀྱི་ཁ་དོག་ལ་གཞོད་པ་  
 དང་། ཤིང་ཀྱན་དང་བཤལ་ཆམས་ཀྱི་ཤས་མཆོན་ནས་ཁ་དོག་དྲི་རོ་ལ་གཞོད་  
 པའི་སྒྲུང་ཀྱ་རྣམས་ཀྱང་མི་བཏང་བར་སྒྲུང་། གཞན་ཡང་གཞུང་ལས་དཀར་  
 གསུམ་མངར་གསུམ་ལུ་ཆོན་ལ། སེང་ལ། ཁྱ་ལ། རྒྱ་ལ། རོ་མ་ལ། བམ་  
 གཙང་མའི་དོན་སྟོང་ཤ་ཁྲག་རུས་ལྷགས་སྒྲུ་མེན་རྒྱུད་རྣམས་ཆོང་བ་དང་།  
 ཤིང་དང་སྟེའུ་སོགས་གདོང་ཅན། རྒྱ་བྱ་གོད་སོགས་གཤོག་ཅན། མེད་གི་  
 ལྷག་གཟིག་སོགས་གཙན་གཟན། སྒྲུང་ཆེན་བསེ་གཡག་སོགས་མྱིག་པ་ཁ་  
 དབྲག་ ཏར་རྒྱུང་བོང་དེལ་སོགས་མྱིག་ལྷུམ། ཉ་སྒྲུབ་སོགས་རྒྱུར་གནས། རྒྱ་  
 བ་སོགས་ས་འཇུལ་རྣམས་ཀྱི་ཤ་ཁྲག་སྟོང་སྒྲུབ། དུང་མགོན་ལུ་འབྲུག་རུས་  
 སོགས་རུས་པ་སྒྲུ་ཆོག་སྟེ། བཤུག་སྒྲུང་མ་འབྱེན་པའི་ཕྱེ་སོགས་ཕྱེ་སྒྲུབ། འབྲུ་  
 རིགས་ཆོག་ཆོང་ཀྱི་ཕྱེ་མ་སོགས་རེ་རེ་ལའང་སྟོང་སྟོང་སྒྲུར་ནས་སྒྲུང་  
 མེད་པར་རི་ལྷུང་ཆོག་པ་བྱུད་གོས་ཀྱང་། དེང་སང་ལྷ་དགོངས་ཀྱི་ཚུལ་བཞིན་  
 རྒྱུ་ཆོབ་རུས་པ་དགོན་པས་མོས་སྒྲུབ་ཅམ་ཀྱི་སྒྲུབ་ས་འདིར། ཅི་སྒྲུབ་རྣམས་

ལ་གཞི་བྱས། རྩོ་སྒྲན་ཉ་ཅང་མི་མང་བའི་སྤྲོ་ཚད་ཅུང་དང་། ལུ་ཚན་ལྷ། དཀར་  
མངར་ཤིང་ཐོག་འབྱུ་བྱེ། ས་རྡོའི་སྒྲན་སོགས་ཀུན་ལ་འོས་ཤིང་འཐད་བརྒྱམས་  
གཙང་དག་ཏུ་སྒྱུར། གཞན་ཕབ་རྒྱན་གྱིས་འབྲས་བར་མཛད་པའི་ཐུག་སྒོལ་  
ཉིད་གཉིས་རྟོག་ཞུགས་པ་རང་ལེགས་ཤིང་ཐེ་ཚོམ་ཆེ་བའི་སྒོ་ངོར་སྒྲོན་མི་སྒྲིང་  
བའི་ཕྱིར་ལེགས་ཤིང་། བྱིས་སུ་བྱིན་རྟེན་རྟེན་ཚད་བསྐྱེས་ནས་རྟེན་འདུས་བྱ་  
བ་དེ་འདྲའང་མི་བྱ་བར་གསར་མའི་བདུད་རྩི་རིལ་ཁུ་དང་མཚུངས་པར་བཤད་  
བ་བྱས་པའི་སྒྲན་བྱེ་རྒྱ་གཙང་འོ་མས་སྒོལ་བ་ལ། གཏེར་བྱོན་ཚོལ་མེད་ཀྱི་བད་  
འབྱུང་རྗེ་འབངས་སོགས་ཀྱིས་བསྐྱབས་པའི་ཆོས་སྒྲན་དང་། མེལ་མེད་ཀྱི་  
རིག་འཛིན་གོང་མས་བསྐྱབས་པའི་ཆོས་སྒྲན་ཆང་གི་ཉིང་ཁུས་སྤང་བའི་ཁུ་  
བ་བསྐྱེས་ནས་འཇུར། ལྷར་གྱུ་ཚན་དན་དམར་པོའི་བྱེ་མ་སོགས་གང་འབྱོར་  
གྱིས་སེར་པོའམ་དམར་སྒྱུག་དུ་ཁ་བསྐྱར་ལ་བཀོད། བྱེ་མ་བཀའ་དགོངས་  
ཀྱི་སྒྲན་སྒྱུབ་ལྟར་སྒྱུབ་ན་ལེགས། མ་ལུང་ན་དེ་སོགས་ཀྱི་བདག་བསྐྱེད་སྒོན་  
འགོ་བདུད་རྩི་བྱིན་རྒྱབས་ཀྱི་དམིགས་གནད་རྩི་གཅིག་གསལ་བས་སྤགས་  
འབུམ་ཐག་ལ་སོགས་པ་འབྱུབ་པ་དེ་ཉིད་སྒྲན་སྒྱུབ་བྱེད་སྐྱབས་ཀྱི་ཕབ་གཏའ་  
དང་། བདུད་རྩི་སྒྲན་མཚོད་ནམ་དགོས་དུས་སྤྱ། སྒྲན་ཐོད་མཚན་ལུ་དུམ་  
གསུམ་སོགས་ཀྱི་ནང་དུ་ཆང་ལེགས་སམ་རྒྱ་གཙང་མར་སྒྱུར་ནང་བཏབ། སྒྱུབ་  
ཆེན་སོགས་ཀྱི་སྐྱབས་སུ་ཆོགས་བརྒྱད་དག་པའི་བརྟུང་དར་བརྒྱད་ལྟེབ་བམ།  
ཁམས་དཀར་དམར་དག་པའི་བརྟུང་། ཟངས་དང་གཤའ་ཆེ་འདྲེས་པ་ལམར་

བའི་མེ་ལོང་གིས་དག་པ་པར་བཤད་པ་ལྟར་བྱའོ་ཞེས་སྒྲུ་མ་དག་གསུངས། ཡང་  
 བཀའ་གཏེར་གྱི་གཞུང་ལག་ལ་ཞིག་ལས། བྱིའི་ཕ་བ་བརྒྱད་གོང་དུ་བཤད་པ་  
 ལྟར་ལ། བྱི་ཕ་བ་བརྒྱད་ནི་མཆོག་ཆེན་མི་ལ་ཆང་སྟེ། སྤྱིད་པ་ཆགས་པ་  
 ལྟེ་བ། སྤོང་པོ་ལུང་པོ་བྱིངས་ཀྱི་ཤ་རུས། ཡལ་ཀ་རྒྱང་ལག་བཞི། ལོ་མ་སོ་  
 སེན་སྒྲིང་བ་སྟུ། མེ་ཏོག་དབང་པོ་ལ། འབྲས་སུ་ནང་ཁོལ་ལ། སྤོང་པོ་རྒྱང་  
 དང་གྲུད་པ་ཆོལ་དང་ལྟ་བ། རྒྱན་པ་བགས་པ་སྟེ་བརྒྱད་དོ། །གསང་བའི་ཕ་  
 བ་བརྒྱད་ནི་ཡབ་ཀྱི་རྒྱ་བཞི་དང་ཡུམ་ཀྱི་རྒྱ་བཞི་སྟེ་བརྒྱད་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་  
 ཡབ་ཀྱི་རྒྱ་བཞི་ནི། བྱང་ཆུབ་སེམས་ཀྱི་བཅུགས་གནས་གྲུད་པ། གཞུང་ལམ་  
 བརྒྱུད་སྟེ། བསྟེ་གནས་སྒྲིག་པ། གཤེགས་ཤུལ་དོ་རྩེའི་ཆུ་བ་སྟེ་བཞིའོ། །  
 ཡུམ་ཀྱི་རྒྱ་བཞི་ནི། རྟུའི་པོ་བྱང་མཆོན་མ། བསོག་པའི་གནས་རྩ་གའི་ལྷག་  
 ལེན་པའི་གནས་རྩ་གའི་ལ་སྟོ། རྒྱན་ལམ་ལྟེ་གསུམ་སྟེ། བྱ་ལྟེ། ཡང་ལྟེ། བྱ་  
 ལྟེའོ། ཞེས་གསུངས་ཏེ་ཕ་བརྒྱད་ཀྱི་རྣམ་གྲངས་འཆད་ཚུལ་དུ་མར་སྤང་ཡང་  
 དོན་ལ་ནང་ལུས་ཀྱི་བདུད་ཅི་ལྟེ་ལྟེ་པོ་དང་རྟེན་གནས་ཀྱི་ཁྱད་པར་དང་། དེའི་  
 སྐྱོབ་ཀྱི་བྱིའི་སྐྱོན་ཀྱི་རྣམ་གྲངས་བཅས་ཚུལ་གང་ལྟར་བྱས་ཀྱང་གནད་མི་འགལ་  
 བ་ཡིན་ནོ། །ཆོས་སྐྱོན་བསྐྱེས་པ་ཅམ་བསྐྱེས་པར་འདོད་ན། གསང་བདག་  
 དེགས་འདུལ་གྱི་བདུད་ཅི་རིལ་སྐྱུ་བ་པའི་སྐྱབས་སྟུ། དྲི་ཆེན་གྱི་སྐྱོབ་སྐྱོས་  
 ཆེན། དྲི་ཆུང་སྐྱུ་ཅི། ཤ་ཆེན་གྱི་ཤིང་ཀུན། བྱང་སེམས་ཀྱི་ཕྱག་པར། རྟུའི་  
 གུར་གུམ་དང་། གཞི་ནི་དྲི་ཆེན་གྱི་གཞི་ཀར། དྲི་ཆུང་མར། སྤྱོ་སའི་སྐྱུ་རམ།

བྱང་མེས་མ་གྱི་འོ་མ། རྟུ་འི་སྤྱང་ཅི་དང་། གཞན་ཡང་དྲི་ཆེན་སོགས་གྱི་སྒྱུ་བ་  
 ཏུ་སྤྱང་ཆེན་གྱི་ཤ་སོགས་ཤ་ལྟ་བཤད་ཅིང་། དེ་ཡང་ཅུ་བ་བདུད་ཅི་ལྟ་ཞོ་རེ་  
 ཅམ་སོགས་ཅི་སྟེན་བྱས་ལ། སྒྱུ་བ་མ་གྲོགས་དེའི་ཉིས་འཇུག་། གཞི་དེའི་  
 ཡང་ཉིས་འཇུག་བྱ་བར་གསུངས་པས་མཆོན་ནས། གཞུང་ཁ་ཅིག་ཏུ་བྱང་  
 མེས་མ་དཀར་པོའི་སྒྱུ་བ། ཅིང་ཞི་གངས་ཐིག་ཅུ་གང་ཀ་ར། དམར་པོའི་བྲག་  
 ལྷན་སི་རྩུ་ར་བྱ་རམ་སོགས་སྟུ་ཆོགས་སུ་གསུང་བ་དེ་ལ་གང་འཕྱོར་གྱིས་གཞི་  
 བཟུང་། སྤྱན་སྤྱ་བཟང་པོ་དང་ཤ་སྟུ་གཙང་མ་ཆོགས་ཆད་ཅམ་ལའང་སྒྱུ་བ་  
 ཆོག་སྟེ། བདུད་ཅིའི་ཅུ་བ་བརྒྱད་སོགས་རྒྱས་པར་བཤད་བ་མ་འཕྱོར་ཡང་  
 སྤྱར་གྱི་ལབ་རྒྱན་གྱིས་གོ་ཆོད་པར་བྱས་ན། གཙང་མ་བདུད་ཅི་ལྟ་སྟེ་ཆོད་  
 དང་། སྤྱན་གྱི་གཙོ་བོ་ནམས་དང་ཤ་སྟུ་གཙང་མས་བྱད་སྟེན་ལ། སྒྱུ་བ་ཚུ་ལ་  
 ཡང་བཀའ་བརྒྱུད་གྱི་གཞུང་རྣམས་སུ་གསུང་བ་ལྟར་རྒྱས་པར་གྲུབ་ན་མཆོག་  
 དང་། དེ་མིན་ཆོག་འབྲིང་པོ་དང་བསྐྱས་པ་གང་འོས་གྱིས་སྒྱུ་བ་རུང་ལ། ཤིན་  
 ཏུ་བསྐྱས་ན་གོང་གི་དེགས་འདུལ་གྱི་རིལ་བུ་སྟེའི་འཕྲོས་སུ། སྒྱུ་བ་རྩ་རྣམས་  
 ཞི་ལྟ་རྩྱུ་རྩྱུ་རྩྱུ་ལ་བདུད་ཅི་ལྟའི་རང་བཞིན་དུ་བསམ་ལ། དེ་ཉིད་ལ་དགྱེལ་  
 འཁོར་བའི་ལྟ་རྣམས་གྱིས་བདུད་ཅིའི་ཆར་བབ་བ་བསྟེམས་པའི་དམིགས་པ།  
 ཞི་རྩྱུ་རྩྱུ་རྩྱུ་ལྟེས་འབྱུ་ལྟ་བུ་བཟོ་བའོ། །ཡི་དམ་གྱི་སྤྲལས་ཤམ་དུ་འབྱུ་ལྟ་  
 བཏགས་ཏེ་བཞུགས་པ་གང་རུང་གིས་གྲུབ་པའི་རྟགས་བྱང་ན་རིལ་བུ་བྱས་ཏེ་  
 རོས་པས་རིགས་ལྟ་ཡེ་ཤེས་ལྟའི་དངོས་གྲུབ་ཐོབ། ཆོ་ཉི་ལྟ་དང་མཉམ་པ་



སོགས་ལན་ཡོན་ཆད་མེད་པར་གསུངས་པས་མཆོད་དེ། ལག་ལེན་རྒྱས་བསྐྱེས་  
 ཅི་འོས་སྒྲུབ་སྒྲུབ་ཐུང་ཤེས་པར་བྱའོ། །དེ་ལྟར་སྒྲུབ་ནམས་ཇི་ལྟར་འབྱོར་བ་  
 ལེགས་པར་བསགས་ནས་དགྱིལ་འཁོར་གྱི་ཁྲིད་རྒྱན་དཀྱའ་པ་སོགས་སྒྲུབ་  
 ཆེན་ཐོན་འགྲོའི་ཆོས་རྣམས་ལེགས་པར་གྲུབ་ནས། ཡི་དམ་གྱི་ལས་གཞུང་  
 བསྐྱེད་ལ། སྒྲུབ་ནམས་ལ་སྒྲུབ་ཐུས་ཐོན་དུ་འགྲོ་བས། ཅུ་སྒྲུབ་སྒྲུབ་བཞིན་  
 དགྱིལ་འཁོར་གྱི་གནས་སྒྲུབ་ཤོད་བཤད་བཞིན་ཕྱོགས་མཆོམས་སྒྲུབ་ཤོད། སོ་  
 སོའི་རིགས་ཀྱི་མདོག་ཅན་དར་གྱིས་ཁ་དག་བ། ཐོན་གྱི་སྒྲུབ་པའི་ཕབ་རྒྱན་  
 རྣམས་ཀྱང་དབུས་ཀྱི་སྒྲུབ་སྒྲུབ་དུ་བཞག། ཀུན་གྱི་སྒྲུབ་སྒྲུབ་དབང་ལག་རྒྱ་  
 མཆོད་ལུ་བ། ལི་ག་དུར་སོགས་སྒྲུབ་དང་། དེ་བཟང་ཇི་སྒྲུབ་པས་ཐོད་པའི་  
 བར་མཆོམས་བཅད་ས། དར་རམ་ཆོན་རྒྱུད་ལུས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཕྱི་ནས་  
 རྒྱ་གམ་དུ་བཅིངས་པས་སྒྲུབ། ཐོད་པ་དབུས་མའི་སྒྲུབ་དུ་དམ་ཐག་དར་ཕྱོགས་  
 བཞིར་གཞུངས་ཐག་བྱངས། སྒྲུབ་ཁང་ལ་མཐིང་དམར་དཀར་བའི་ཡོལ་བ་  
 གསུམ་བྱིས། དལ་གྱི་སྒྲུབ་དུ་སྒྲུབ་སྒྲུབ་ཆངས་པ་དང་། རྒྱ་སྒྲུབ་སོགས་ཀྱི་  
 གཞུགས་བྱིས་པ་བཤོད། མེ་ཡོང་བཅུ་ལ་མཆོལ་གྱིས་ཁོ་བཅུའི་སྒྲུགས་བྱིས་  
 པ་དང་། ཆངས་པ་བརྒྱ་ཕྱིན་སོགས་ཕྱོགས་སྒྲུབ་གི་གཞུགས་ཕྱོགས་སྒྲུབ་ཤོད་  
 པའི་གཞུགས་དར་དབྱངས་ཅན་ལུ། མཐར་མདའ་བཞི་སོགས་སྒྲུབ་ཆེན་  
 ཀྱི་རྒྱས་དང་མཆོད་པ་བཤམས་ལ། དང་པོ་ཁོལ་བུ་སྒྲུབ་པ་ལ་མདུན་གྱི་སྒྲུབ་  
 རྣམས་རིགས་བརྒྱར་གསལ་བ་དང་། འབྲུ་ལུ་ལས་རིགས་སྒྲུབ་གསལ་ལ།

ཡབ་ཡུམ་སྦྱོར་བའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་ཀྱི་སྒྲིན་དབབ་ཕྱོགས་བཅུའི་རྒྱལ་བའི་  
བྱིན་བཅུད་བསྐྱེད་བསྐྱེད་པའི་ཕྱི་མོངས་ལྟ་སྦྱོར་ཡེ་ཤེས་ལྟའི་དངོས་  
གྲུབ་ཐོབ་པར་བསམ་ལ། རིགས་བརྒྱའི་ཐོབ་པམ། རིགས་བརྒྱ་ཡང་རིགས་  
ལྟར་འདུ་བས་དེའི་སྒྲགས་ཀྱིས་ཞག་གསུམ་ལ་ཕུན་ཏྲག་རེའམ་བཞི་བྱས་ནས་  
སྦྱབ་པམ། གྲང་དུས་མཆོད་མའི་བསྐྱེད་པ་རྫོགས་པར་བྱ། དེ་ནས་སྒྲན་ཐོད་  
དབུས་ཀྱི་སྒྲོད་དུ་བསྐྱེད་ལ་གསང་ཆེན་རིགས་གཅིག་གིས་བསྦྱབ། ཁོ་ལ་སྦྱབ་  
ཀྱི་སྒྲུབ་སྐྱེད་ཏྲགས་བྱུང་ནས། མཐར་བཏུད་ཅིའི་ཆེ་བརྫོད་བཅས་སྒྲན་ནུམས་  
ཡུམ་གྱིས་བྲང་སྟེ། ཁོ་ལ་སྦྱབ་ཀྱི་དངོས་གྲུབ་བྲང་ལ། དེ་མ་ཐག་དཀྱིལ་འཁོར་  
གྱི་ཤར་ཕྱོགས་སྟ། རོ་རྩེ་རྒྱལ་པོ་ཡབ་ཡུམ་ཞབས་གཉིས་ཅེ་སྦྱང་བའི་བར་དུ་  
རོ་གཞོང་བཞག་ལ་གཏུན་བུས་བརྟུང་སྟེ་བཏགས་པས་གཏུན་གཞོང་ཡུམ་མཐར་  
ཡབ་ཀྱི་རོ་རྩེས་བཏགས་པའི་འཕྲོ་འདུས་འཕགས་པ་མཆོད་འགྲོ་བའི་སྦྱིབ་པ་  
སྦྱང་འཁོར་འདས་ཀྱི་དང་བཅུད་བསྐྱེད་པའི་དམིགས་པ་བྱ། བཏགས་ཟིན་ནས་  
དཀྱིལ་འཁོར་གྱི་ལྷོ་ཕྱོགས་སུ་ཡུམ་གྱིས་དར་ཆག་བཟེད་ཡབ་གྱིས་སྒྲུག་སྟེ་  
བཅག་པས་ནུམ་རྟོག་ཀུན་མི་རྟོག་པའི་དབྱིངས་སུ་སྦྱང་བར་ཆད་ཀུན་དལ་དུ་  
འདུ་བའི་དབང་མེད་པར་ཁྱོ་བོས་མཆོམས་བཅད་པར་བསམ། བཅག་ཟིན་ནས་  
དཀྱིལ་འཁོར་གྱི་རུབ་ཏུ་ཡབ་ཡུམ་གཉིས་ཀྱི་བར་དུ་སྒྲན་སྒྲོད་མཐར་གཞོང་  
སྐྱོགས་གཡའ་མེད་པར། ཆང་དང་འོ་མ་རིན་པོ་ཆེའི་བྱེ་མའི་ཆུ་བཅས་བསྐྱེད་  
ལ་སོ་སོའི་སྒྲགས་དང་བཅས་ཏེ་ཐབ་རྒྱན་ཡང་བཏབ་ལ་རོ་རྩེས་དཀྱིལ་ནས་

གྲིས་སྐྱོད་ལ་འདྲེས་དེས་སྐྱོད་བསྐྱོད་ལ། སྐྱོད་འོ་ཆོད་ཆོད་ལ་བཅང་  
ལོ་ཅོམ་བྱ་ཞིང་བདུད་ཅི་སྐྱོད་ལ་བྱིན་གྲིས་བསྐྱོད། དེ་ནས་དྲི་བཟང་གི་བྱེ་  
མས་མདངས་བསྐྱོད། དབང་ལག་གི་བྱེ་ཡང་བཏབ་སྟེ་སྐྱོད་ཡང་འདྲེས་ལ་  
སྐྱོད་ལ་བར་བྱའོ། དེ་ནས་དགྲིལ་ལ་ལོར་གྱི་བྱང་ཕྱོགས་སྐྱོད། བམ་བླ་ཆོ་གངས་  
དང་བསྐྱོད་པའི་ལབ་ཅི་ལོན་ཅོམ་སྐྱོད་ལ་ལབ་གྱི་བྱུག་གི་དོ་རྩེས་དཀྲུག་ལ་  
བྱ། ཅི་ཅོམ་འཕེལ་ལ་བརྟག་ཕྱིར་དྲིལ་བུས་གཞལ་ནས་གངས་དེས་ལ་  
བྱ། སྐྱོད་ཐམས་ཅད་དང་དམར་པོའི་ལྷག་མར་སྐྱོད་སྟེ། ཐོད་པ་ལ་སྐྱོད་ལ་  
དུ་བཅུག་དར་གྲིས་དག་ལ། བ་སྐྱོད་འོ་ཐོད་པ་དངོས་སམ་བཅོས་མ་རྒྱ་གམ་  
དུ་བཅིང་བའི་སྟེང་གི་མདུད་ལར་རྒྱ་གམ་གྱི་མཚན་མས་རྒྱས་གད་ལ། ལུ་ལུལ་  
མོགས་བདུག་ལ་བགོགས་བསྐྱོད། སྐྱོན་ནམས་བཏེགས་ཏེ་དར་གྱི་ཕྱི་བས་དོ་  
རྩེའི་འགྲོས་གར་དང་ལོ་མོ་བཅས་ཏེ་དགྲིལ་ལ་ལོར་ལ་བསྐྱོད་པ་གཅིག་བྱས་  
ཏེ་ཤར་ནས་དལ་བུས་དགྲིལ་ལ་ལོར་དལ་སྐྱོད་མ་རྩེའི་ལར་རིན་པོ་ཆའི་གཞིང་  
ལ་བལ་བུའི་ལུར་མ་ལྷན་ཅན་ནམ། འབྲུ་ལྷན་ཅན་ནང་། རུས་སྐྱོད་ལོག་  
ལ་ཕྱི་བྱིས་པའི་ལར་བཞག་ དར་སྐྱོད་ན་བཟང་ལ་གསོལ། གཡས་སྐྱོད་རྩེ་  
དང་། གཡོན་དུ་དྲིལ་བུ་བཅིང་། སྟེང་དུ་དབུ་བརྒྱན་བསྐྱོད། སྐྱོན་གྱི་སྟེང་དུ་  
གཟུངས་ཐག་གི་དོ་རྩེ་བཞག་ལ། དེ་ལས་སྐྱོད་བྱུང་བྱིར་དཀྲུག་སྟེང་དུ་དམ་  
ཐག་བྱན། འོག་ཏུ་དོད་འབེབ་མར་མེ་བཅས་མཐོང་རྒྱུད་ལྟར་བཞག་གོ། དེ་  
ནས་གཞུང་གི་སྐྱོད་པ་ལྷུ་ལ་བཞིན་བྱ་ཞིང་། མདུན་གྱི་སྐྱོན་ལ་བཀའ་བརྒྱུད་

ཁོ་མཁའ་གི་སྤྱོད་བ་བརྒྱད་ཀྱི་བདུད་ཅི་དབབ་པའི་དམིགས་བསྐྱེས་བྱ་སྟེ་མེ་  
རླུང་གི་དབྱུག་སྤྱོད་བདུད་ཅི་དམིགས་ལྡ་ཡབ་ཡུམ་ཞུ་བའི་ཀྱུ་མཆོའི་མོ་སྟགས་འབྱུ་  
ལྡས་མཚན་པའི་སྟགས་བརྩུར་ཁོ་བརྩུ། དེ་སྟེང་ཏྲ་མགིན་ཡུམ་བཞི་ཅན་ཏྲ་གི་  
ཏྲ་བརྒྱད་སྟོར། དེ་སྟེང་ཁྱག་འཕུང་བཞི། དེ་སྟེང་བཟླ་ཏེ་རུ་ཀ། དེའི་དབྱ་སྟེང་  
གནམ་ཞལ་མ། དེའི་ཕྱག་གཉིས་ཞབས་མནན་པའི་ཆེ་མཆོག་གི་དོ་རྩེ་དང་  
གནམ་ཞལ་མའི་སྒྲུབ་དབྱས་མ་སྤྱོད་བ། ཆེ་མཆོག་གི་ཞལ་དབྱས་མའི་ལྡགས་  
སྟེང་ས་རུ་ཏེ་རུ་ཀ་ཡབ་ཡུམ་དཀར་གསལ་ཆོན་གང་བའི་ཕྱགས་ཀར་དོ་རྩེའི་  
སྟེ་བར་ཨ་ལ་ལྡགས་འབྱུ་དབྱས་བསྟོར་བ། རང་བདག་བསྐྱེད་ཀྱི་ཕྱགས་ཀའི་  
ཨ་ལ་ཡང་ལྡགས་འབྱུ་དབྱས་བསྟོར་བར་བསམ། བདུད་ཅིའི་རླུང་དཀྱིལ་  
གིས་བསྐྱེལ་བས་མེ་སྤར་བས་བདུད་ཅི་ཁོལ་དོས་ནས་ཟེར་རྒྱངས་འབྱུ་ལྡའི་  
འོད་གིས་སྟེང་གི་ལྡ་ཡི་དཀྱིལ་འཁོར་ཀུན་བསྐྱེལ། དེ་རྣམས་ཀྱི་བདེ་སྟོང་སྤྱོད་  
པའི་འོད་གིས་འཁོར་འདས་ཀྱི་དྲུངས་བརྩུད་ཐམས་ཅད་བཀུག་སྤྱོད་མཚམས་  
ནས་བྱང་ཆུབ་སེམས་ཀྱི་རྒྱན་བབ་བདུད་ཅིར་ཐིམ་པ་སྟགས་ཀྱི་དམིགས་པ་  
དང་། དེའི་ཆེ་སྒྲུབ་སྤྱང་རྣམས་ཀྱིས་སྟགས་བརྩུད་སྒྲུབ་བརྩུད་བསྐྱས་ཏེ་ཆར་  
ལྟར་བབ་པར་བསམ་ལ། མོ་ལྷ་རྩྱུ་སྤྱུ་སྤྱུ་ཐུག་མི་ཏྲ་རྩྱུ་རྩྱུ་ཐུགས་པ་ལྡགས་  
འབྱུ་དབྱ་བསྐྱེད་བར་བྱའོ། །མཐར་ལྷ་ཀུན་འོད་ཞུ་བདུད་ཅིར་ཐིམ་པར་བསམ།  
ལྡགས་འོད་འབྱུག་སྐུ་མཆོའི་སྤྱུ་པ་འདྲག་ཞུང་ལྟར། མཆོག་སྟགས་བཞི་དབྱས་ལྡའི་གཟུངས་  
ཐག་རྣམས་དོ་རྩེ་རྒྱལ་པོ་དང་རྒྱལ་ཐེབས་རྣམས་ཀྱི་ཕྱག་ཏུ་བཟུང་སྟེ། ལག་

གཡོན་གནམ་དུ་ཕྱུང་ཏེ་བརྒྱུད་ལ་སོང་མོ་གཞན་གསུམ་སྤྱོད་མཐེབ་ཤིན་སྤྱོད་  
 བས་གཞུངས་ཐག་ཡང་ཡུམ་གྱིས་བསྐྱོལ་ཏེ་བཟུང་། གཡས་པས་སྤྱོད་བ་  
 བཟུང་སྟེ་སྒྲུབ་ཐོབ་བསྐྱེད། ཐོབ་བསྐྱེད་ཀྱི་དུས་སྒྲུབ་ཀྱི་ལོ་བསྐྱེད། སྒྲུབ་སྤྱོད་  
 བསྐྱེད་ཀྱི་འབེབས་ཀྱི་བ་སོགས་ཆོ་གའི་ཡན་ལག་མ་ཉམས་ཤིང་། བསྐྱེད་  
 དམིགས་ལ་ཚུལ་བཞིན་འབད་པར་བྱས་པས། ཞག་གསུམ་མམ་བདུན་ནམ་  
 ཉིར་གཅིག་ན་ཉགས་འབྱུང་སྟེ། སྒྲུབ་ལ་དྲི་བཟང་འབྱུང་བས་སྤྱོགས་ཀྱིན་  
 ཟུབ་པ། འཇམ་འོད་འབྱུགས་པ། མཁའ་འགྲོ་འདུ་བའི་སྒྲུ་ཐོས་པ། བདུད་  
 ཅིའི་ལྷ་མོ་དངོས་སྤྱོད་པ། ཉམས་དགའ་ཞིང་བྱིན་ཆེ་བ་སོགས་ཉགས་ཟུང་  
 པར་ཅན་བྱུང་ནས་དངོས་གྲུབ་སྤྱོད། དེ་ནས་ཐེ་གུ་བསྐྱེད་པ་དང་རིམ་བུ་སྐྱེད་  
 པའང་སྒྲོ་ན་བྱུང་གསུངས། དེང་སང་སྒྲུབ་མང་སྟབས་གཅིག་བསྐྱེད་ཆེ་སྒྲུབ་  
 བྱིངས་ནམས་སྒྲུབ་སྤྱོད་ཞིབ་པར་བཏགས། ཁྲོལ་བུ་ཉུང་ཤས་བཏགས་བཅག་  
 བྱེད་ཅིང་། དེ་སྒྲུབ་བྱིངས་དང་སྤྱོད་ནས་སྒྲོལ་བ་དང་གཞལ་བ་སོགས་བྱ་ཞིང་  
 སྐྱེད། བདུད་ཅི་སྤྱོད་མམ་སྐྱེད་ཐེན་ཡིན་ན་སྤྱོད་ཡང་དལ་དུ་བཀོད་དེ་སྐྱེད་  
 བས་ཆོག་གོ། །དེ་ལྟར་སྒྲོལ་སྐྱེད་གྲུབ་རྗེས་སྒྲུབ་སྤྱོད་ཐེ་གུ་སྐྱེད་པ་སྒྲོད་  
 འཇམ་པོར་ལག་བས་འཕུར་གྲུབ་གྱིས་སྤྱོད་མ་ཅིང་ཞིབ་རན་བ་བྱས་ལ། སྒྲོད་  
 དུ་གཡུག་པས་འོད་ཆགས་པའི་རིམ་ཆང་བྱུང་། ཟུག་ལེན་ཞིབ་པ་གཞུང་དང་  
 མཐོང་རྒྱུད་ལས་ངེས་པར་བྱུང་། །དེ་ལྟར་བདུད་ཅི་སྒྲུབ་ཆེན་མོ་འདིས་  
 གོང་དུ་སྐྱེད་པའི་ས་སྤྱོགས་དེ་ཡང་བྱིན་གྱིས་སྒྲོལ་བྱས་ལ། དཀྱིལ་འཁོར་དུ་

འབྲེལ་ཚད་རིག་འཛིན་གྱི་ས་ལ་འགོ་བ་དང་། མཐོང་ཐོས་མྱོང་རིག་གོལ་བ་  
བཞི་ལྟ་གྱི་ཐོན་ལས་རྒྱལ་པོ་ཆེ་འབྱུང་སྟེ། བདུད་ཅི་བམ་བརྒྱད་ལས། ཆོ་  
དང་སྒོངས་དང་ཡིད་རྩེ་འོང་། །བགའ་སྒྲུབ་ལྷན་ཞི་བ་ལ་སོགས་ཏེ། བདུད་  
དང་བྲལ་ནས་ཅི་འདོད་པའི། ཡོན་ཏན་རྩ་བརྒྱད་འདི་ཡིས་འཐོབ། ཅིས་  
དང་། འཇམ་དཔལ་སྟོང་གསུམ་གྱི་སྟོང་ཆེན་པོའི་འཛིན་ཏེན་གྱི་ཁམས་ན།  
སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཞིང་ལྷ་རབ་སྟེད་ལ་བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་བའི་ལུས་སྤྲུལ་བས་  
ནི། བདུད་ཅི་ཆེན་པོ་འདི་ལུས་ལ་བཅངས་པ་བསོད་ནམས་ཆེའོ། འཇམ་  
དཔལ་དུས་གསུམ་གྱི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཞིང་ཡོངས་སུ་སྦྱངས་པ་ལས། བདུད་  
ཅི་འདི་ལུས་ཀྱི་མགུལ་དུ་བཏགས་པ་འབུམ་གྱི་ཆར་ཡང་མི་ཐོད་དོ། འཇམ་  
དཔལ་བསྐྱལ་བ་གསུམ་ཀྱི་ཕྱེ་མ་སྟེད་ཀྱི་སངས་རྒྱས་རྣམས་ལ་སྦྱི་པོས་  
བཀྱར་ཞིང་ཐུག་བྱ་བའི་དོན་ནི། བདུད་ཅི་ཆེན་པོ་འདི་སྦྱི་པོ་ལ་བཀྱར་བའི་  
ཡོན་ཏན་ནི། སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་བཀྱར་བ་ཡིན་ནོ། འཇམ་དཔལ་བསྐྱལ་  
བ་སྟོང་གི་བར་དུ་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་བྱ་བ་བསམ་ནི། བདུད་ཅི་ཆེན་པོ་འདི་ལན་  
གཅིག་གི་འགོ་བའི་དོན་བྱས་པས་དཔུལ་ཁམས་བཅོ་བརྒྱད་ཀྱི་འཛིན་ཏེན་ཡང་  
ཐར་བའི་ལམ་དུ་འབྲེན་བ་ཡིན་ནོ། ཞེས་དང་། བདུད་ཅི་ཡེ་ཤེས་གསང་  
བའི་འཁོར་ལོ་ལས། དེ་ལྟར་ཅི་བདེར་ཐོས་ན་ནི། ཆོ་ཡི་རིག་འཛིན་ཐོབ་  
པར་ངེས། ཤིན་ཏུ་བདེ་བའི་ལུས་ཐོབ་ནས། ཤི་རབ་ཁོང་སངས་ལས་བྱས་ཏེ།  
།དགའ་ལྡན་རྣམས་ཀྱི་བུ་མོ་སྦྱོང་། །ཆགས་པ་བདེ་བའི་ཉམས་མྱོང་ནས། །

རྣམ་པར་མི་རྟོག་ས་ལ་གནས། །ས་གནས་ཡེ་ཤེས་སྒྲེ་འགྱུར་ན། །རྡོ་རྗེ་འཛིན་  
 པའི་ས་ཐོབ་སྟེ། །བདུད་ཅི་འདི་རྒྱལ་པོར་དེར་འགྱུར་རོ། །ཞེས་དང་། བམ་  
 བརྒྱད་ལས། བདུད་ཅི་འདི་དག་སྒྲུབ་འབྱུང་བ། །རི་ལྷར་ལྷ་རྣམས་འཆི་མེད་  
 ལྷར། །ཁྲུ་རྣམས་ལ་ནི་སྒྲོན་བཞིན་ནོ། །ཤིང་རྣམས་ལ་ནི་རྒྱ་བཞིན་ནོ། །མེ་  
 རྟོག་ལ་ནི་རྒྱ་བ་བཞིན། །ལོ་ནི་ལྷ་བརྒྱ་བར་དག་ཏུ། །བཙུངས་མདོག་ནི་  
 གཞོན་ཅུ་འདྲ། །ནད་མེད་རྟག་ཏུ་དར་ལ་འབབ། །སྟོབས་ཀྱང་སྒྲུང་པོ་ཆེ་དང་  
 འདྲ། །མཛོན་ཤེས་ལྷ་དང་ལྷན་པར་འགྱུར། །ཞེས་དང་། བདུད་ཅི་བདེ་བ་  
 ཆེན་པོའི་རྒྱུད་ལས། ཐུན་མོང་རིག་འཛིན་ལུས་ཀྱི་ནད་རྣམས་འཛོམས། །ལུས་  
 ཁམས་བདུད་ཅི་བཙུད་འབྱུང་ལུང་པོའི་ནད། །སངས་རྒྱས་རང་ཞལ་མཐོང་  
 བྱེད་དཀྱིལ་འཁོར་ལུས། །འཁོར་འདས་དོན་སྟོན་སྒྲུ་ལ་རབ་ཏུ་བསྟོད། །ཅིས་  
 དང་། ཡོ་རྒྱུན་རིན་པོ་ཆའི་ཞལ་ནས། བདེ་གསེགས་མ་ལུས་མཆོད་པའི་རྣམས་  
 སྤྲུལ་ཡི་དམ་སྤྱད་པའི་ཅི་  
 མཁའ་འགོ་ཀྱན་གྱི་སྒྲིང་ཁྲག་ཡིན་  
 རྩམ་པས་  
 ཡོན་ཏན་བརྗོད་མི་ལང་  
 སངས་རྒྱས་སྒྲུ་ལཱི་ཡོན་ཏན་འཕྱོང་  
 བྱི་ལྷར་ལུས་  
 ཀྱི་གདོན་བགས་མཆོམས་  
 བད་ལྷར་ཉོན་མོངས་མ་ལུས་འདག་  
 དམ་ཆོག་  
 ཉམས་ཆག་ཐམས་ཅད་བསྐྱང་  
 གསང་བ་རང་བྱུང་ཡེ་ཤེས་རྟོགས་  
 ཉན་  
 ཐོས་རང་སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱིས་  
 རྩམ་ན་ས་བཙུ་ཐོབ་ནས་ཀྱང་  
 ཐེག་ཆེན་  
 བྱང་སེམས་ཆེན་པོར་འགྱུར་  
 སྤྲུལ་མཆོད་ན་བྱིན་བསྐྱབ་འཇུག་  
 ཡི་དམ་  
 མཆོད་ན་དངོས་གྲུབ་སྟེར་  
 བདེ་གསེགས་མཆོད་ན་ཐུགས་རྗེ་འབྱུང་  
 མཁའ་

འགོ་མཆོད་ན་ལུང་ཡང་སྟོན་ རྣལ་འབྱོར་པ་འམ་སྤྱུ་ཞེས་ཀྱང་ བྱི་ཡི་ནད་  
གདོན་སྤྲིག་སྒྲིབ་བྱང་ བད་གི་བསྐྱེད་རིམ་ཏིང་འཛིན་གསལ་ གསང་བ་  
རང་རིག་ཆོས་སྐྱར་རྟོགས་ ཉམས་དང་ལྷག་ཆད་མ་ལུས་སྒོང་ འཆང་བས་  
དུས་མིན་འཆི་བ་སྒྲོག་ གདུག་པའི་དུག་ཀྱང་འཛིལ་བར་རུས་ བྱུགས་པས་  
ནད་གདོན་མ་ལུས་སེལ་ བསྐྱེད་ན་གདོན་བགོགས་ཐམས་ཅད་བསྐྱོད་ འདི་  
ཉིད་བསྐྱབ་པའི་གནས་དེ་ཡང་ དུར་ཁྱོད་བསེལ་བའི་ཆོལ་དང་མཆུངས་  
དཔའ་བོ་མཁའ་འགོ་ཐམས་ཅད་འདུས་ ས་སྤྱོད་ས་བྱིན་དང་ལྷན་པར་འབྱར་  
ཆར་རྒྱུ་འབེབས་ཤིང་ལོ་སྤྱུགས་ལེགས་ གང་བསྐྱབ་ས་ཡི་གནས་དེ་རུ་ སྤྱ་  
བསྐྱད་མི་རྣམས་ཏིང་འཛིན་འཆར་ བམ་ཞིག་ཆེ་ཡི་དུས་བྱས་ནས་ ཕོ་མོ་  
བཟང་ངན་མེད་པ་རུ་ རིག་འཛིན་དམ་པའི་ས་ལ་གནས་ དེ་སྤྱིར་མཆོག་གི་  
དམ་རྒྱས་སོ་ ཞེས་སྐོག་སྐྱེད་ཆར་འབྱུང་བ་དེའི་སྤྱིར་གསང་སྤྱགས་ཟབ་མོའི་  
ཐབས་ཀྱི་ནང་ན་འང་ཐབས་ཁྱད་པར་ཅན། ཆོམ་བུ་ཆོག་ས་ཀྱི་སྐྱབ་པ་ཆེན་མོ་  
དང་འབེལ་བར་བདུད་ཅི་སྤྱོད་ཀྱི་སྐྱབ་པ་བྱེད་པ་ནི་ཡན་ཡོན་དང་བསྐྱགས་  
པའི་ཁྱད་པར་མཆུངས་པ་མེད་པ་ཡིན་པས་སྐལ་བཟང་གེས་རབ་ཅན་རྣམས་  
ཀྱིས་ཅིས་ཀྱང་ནན་ཏན་དུ་བྱས་ན། འདི་སྤྱིར་ལེགས་པའི་དཔལ་ཡོན་ཆེན་  
པོ་འབྱུང་བར་རེས་པའོ། ཞེས་པའང་གཞུང་དང་མན་ངག་གི་ཡིག་ཆ་རྣམས་  
བསྟུན་ཏེ་མི་ཡམ་འཇམ་དཔལ་དགེས་པའི་རྟོ་རྗེས་རབ་ཆོས་ལྷགས་སྤྱང་གོ་  
བཞིན་སྒྲིབ་པའི་དམར་སྤྱོད་ཀྱི་ཆོས་བརྒྱད་ལ་བྱི་སིང་ཏར་གྲགས་པའི་གཙུག་



ལག་ཁང་དུ་ཅ་བའི་ཚོམ་ཐོ་བཀོད་པ་ལ་སྐྱར་ཡང་གསལ་བར་བྱས་པ་འདིས་  
ཀྱང་བསྟན་འགྲོའི་དོན་ཆེན་པོ་འབྱུང་ཅིང་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བདུད་ཅི་  
ཆེན་པོའི་དགྲིལ་ལའོར་དུ་མངོན་པར་བྱང་ཆུབ་པར་གྱུར་ཅིག ཡིག་ཆ་འདི་  
ཉིད་ཀྱིས་སྟེང་ཐམས་ཅད་དགོ་ལེགས་སུ་གྱུར་ཅིག མདྲ་ཡི། །

༥ ཞར་བྱང་བདུད་ཅི་རིལ་བུ་སྐྱབ་ཐབས་རྟ་མགིན་ཡང་གསང་གི་ཆ་ལག་  
སྐྱས་པ་མིག་འབྱེད་ལས་གསུང་པ་གོ་སྐྱར་བྲིས་པ། བས་བཟང་འབྲས་མེ་  
ཞིབ་མོ་འོ་མས་སྐྱས་པའི་ཟན་ཟོས་ལ་སྒྲོམ་ན་ཆུ་གཙང་བདུང་། ཟས་གཞན་  
གང་ཡང་སྤང་ལ་དྲི་ཆེན་ཐོ་རངས་སམ་སྤྲོ་བྱ་བྱང་། དེའི་ཅ་ཅི་དངོས་སྤང་  
ལ། བར་གྱི་ཆ་དེ་སྟོན་སེར་དུས་སུ་རྟ་མགིན་ཡང་གསང་གི་ཆ་ལག་སྐྱས་པ་  
མ་སྐྱུམ་བར་བསྐྱུལ་བ་དང་། སྤྲོ་སྤྲོ་བསང་མ་དང་སྤྲོར་བའི་བྱང་སེམས། རྒྱུས་  
དར་མ་སྟིང་ཅུལ་ཅན་གཞུལ་དུ་གྱིར་བསང་བའི་རབ་ཤ་ཆེན་གྱི་དང་མ་གྲང་པོ། ཤ་  
ཆེན། བྱང་མེད་དར་མ་སྤྲོ་བསང་མ་ཆགས་པ་རྒྱུས་པའི་ལྷ་མཚན། རྒྱུས་པ་  
ལོ་བརྒྱད་ལོན་པའི་དྲི་ཆུ་འདུས་པའི་ཁུ་སྟེ་བདུད་ཅི་ལྷ་ལས། བྱང་སེམས་  
དང་དྲི་ཆེན་ཐུར་མ་རེ། ཀྱང་པ་ཐུར་མ་གཉིས། དྲི་ཆུའི་ཁུ་ཐུར་མ་གཉིས་  
བཅས་ཅ་བ་དང་། དེའི་ཡན་ལག་སྐྱོབ་དུ། ཉེ་གིང་ཨ་རུ་གཟེ་མ་ར་མོ་ཤག་  
གིས་བཅུད་ཀྱིས་ལེན། མཆོ་མ་ཁན་པ་བ་སྐྱུ་ཤུག་འབྲུ་སོགས་དགུན་མི་སྐྱུམ་  
པའི་ཆོ་ལོ་རྫས། ཅོང་ཞི་བྲག་ལྷན་གྱི་ནས་ས། དེ་ནམས་ཆ་མཉམ་བདུད་ཅི་

ལྟ་དང་སྒྱུར། མར་གྱིས་འཕོལ་ཙམ་བཏགས་ནས། བདུད་ཅི་སྒྲོབ་དང་བཙས་  
པའི་སྒྲུལ་གཉིས་ཀྱི་ཚད་ཙམ་གྱི་མངར་གསུམ་པོ་ཆ་མཉམ་བཏང་། ཆང་གི་  
ས་རྒྱན་བྱ། རིལ་བུ་སྒྲན་འཕོས་ཙམ་དུ་དྲིལ། སྒྲན་སེར་དུས་སོགས་གྲིབ་སྒྲུལ་  
བྱ། ཐོད་བཟང་ནང་སྒྲུག་དར་སྒྲུལ་ཁ་བཙད་ཐོད་པའི་ནང་དུ་རིགས་ལྟ་ཡབ་  
ཡུམ་བསྐྱེད་པ་བདུད་ཅི་ཕྱིན་རྒྱབས་ལྟར་དགུག་བསྐྱེམ་མཚོད། སྒྱུར་མཚམས་  
ནས་བྱང་སེམས་སྤྲིག་ལྟར་བབ་པས་ཐོད་པ་གང་བར་བསམ། ཨྱི་རྩྱི་རྩྱི་  
རྩྱི་ལྷུ་ ཨྱི་ལྷུ་རྩྱི་སྒྲུབ་པ་རྩྱུ་ལྷུ་ཕྱི་ཏ་རྩྱི་རྩྱི་པུ་ ཞེས་ཉི་མ་གསུམ་མམ་ལྟའམ་  
བདུན་དུ་བསྒྲས། མཚན་མ་བཟང་པོ་བྱུང་བ་དང་། ཐོད་པ་གྲིང་ལྟ་བདུད་ཅི་  
རིལ་བུས་བཀང་། དྲི་ལྟ་གསེར་དང་སྒྱུར་བས་དར་དམར་ལ་བྱུག་མཚན་ལྟ་  
དང་ཡིག་འབྲུ་ལྟ་བྱི། དེས་ཁ་བཙད་ལ་དྲིལ། དལ་བུས་མཚྲིར་བཞག་ལ་  
བསྐྱེན་སྒྱུབ་བྱ། ཉགས་བྱུང་ནས་དངོས་གྲུབ་གནས་གསུམ་དུ་བྱུང་། ཁེབ་  
གྱིས་རིལ་བུ་དྲིལ་ཏེ་ཉིན་རེ་བཞིན་བཟུང་། སན་ཡོན་གྲུབ་བཞི་ཡིན་གསུམ་  
དང་། ཆོས་ཉིད་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ། ཆོས་ཅན་དོ་ཤོས། ལྷས་པ་མཐུས། ཕྱིན་གྱི་རྒྱུབ་གྱིས་གྲུབ་པ་  
བཞི་དང་།

༥ དྲི་ཆེན་གྱིས་དུག་ནད་སེལ། དྲི་རྒྱས་གཤག་པ། རྟུགས་གང་པ། ཤ་  
ཆེན་གྱིས་མཛེ་ནད། བྱང་སེམས་གྱིས་ཚད་ནད་སེལ་ཏེ་དེ་ལྟར་ནད་ལྟ་ཞི། དྲི་  
ཆེན་ཐོས་པས་ནོར་དང་ལྡན། ཤ་ཆེན་གྱིས་མཐུ་ཆ། རྟུགས་འགྲོ་བའི་ཡིད་དུ་  
འོང་། དྲི་རྒྱས་སྐད་སྒྲན་མདངས་དང་ལྡན། བྱང་སེམས་གྱིས་བཀྲག་མདངས་

གསལ་ཞིང་ལེགས་ཏེ་ཐུན་མོང་གི་དགོས་པ་ལྟ་འགྲུབ་བོ། །བྱང་སེམས་ཀྱིས་  
 ཆོ་རིང་། དྲི་ཆེན་གྱིས་སྟོབས་དང་ལྡན། རྟམ་ཁ་དོག་ལེགས། དྲི་ཚུས་ཆངས་  
 དབྱངས་ཐོབ། ཤ་ཆེན་གྱིས་མཐུ་ཆེ། དེ་ཡང་ཐུན་མོང་གི་དགོས་པ་ལྟ་ཡིན་  
 བོ། །དྲི་ཆེན་རྣམ་སྟངས་། བྱང་སེམས་མི་བརྟོད་པ། ཤ་ཆེན་རིན་འབྱུང་། རྟམ་  
 སྟངས་མཐའ། དྲི་ཚུ་དོན་གྲུབ་སྟེ་རིགས་ལྟ་སྦྲུབ་བྱེད་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་གཞི་  
 རང་བྱུང་དུག་ལྟ་ཡིན། ལམ་ལེ་ཤེས་ལྟ་ཡིན་ཏེ། འབྲས་བུ་རིགས་ལྟར་སངས་  
 རྒྱུམ། སྦྱོབ་ཀྱི་ཕན་ཡོན་ནི། དུག་ཁུན་ལུས་གཞོན་རྟམ་འཕེལ། སྤྲོ་མཆོག་  
 ཨ་རུས་དུག་ནད་སེལ། ར་མོ་ཤག་གིས་སྦྱོལ་མ་རྒྱུད་གི་རིག་འཛིན་ཐོབ། ཉེ་  
 ཤིང་གིས་ལུས་ཀྱི་ནད་སེལ་ཞིང་སྦྱེ་འཆི་བུལ་བའི་ཆོ་འགྲུབ། མར་དང་འོ་མས་  
 ལུས་མི་ཆས། སྤྱང་ཅིས་བཀྲག་མདངས་མི་འགྲིབ། ལུ་རམ་གྱིས་ལུས་ཀྱི་ཙྰ་  
 མི་སྒྲམ་སྟེ་ཤི་བ་རོ་དང་འབྲུབ་ཡང་སོས། ཐབས་འདིས་འཁོར་བའི་ལམ་ནས་  
 བསྐྱང་སྟེ་དུམ་པའི་ནད་ལས་ཐར། ཅི་བསམ་འགྲུབ། བདུད་བགེགས་ལོག་  
 འདྲེན་མི་ཡོང་། ཡི་དམ་ལྟ་ཡི་ཞལ་མཐོང་། མཆོག་ཐུན་དངོས་གྲུབ་ཐོབ། སྦྱེ་  
 ཤི་མེད་པ་དྲོ་རྩེ་རྒྱས། །ཁྱི་མ་མཁའ་ལ་སྦྱོད་པར་བྱེད། །ཅིས་གསུངས་སོ། །  
 དའི་མཆོན་ནས་གསར་རྟོང་གི་དམ་པ་སོ་སོའི་ཕྱག་བཞེས་བཞིན། བདུད་ཅི་  
 རིལ་བུ་དང་སྦྱེ་བདུན་རིལ་བུ་ཆོ་ཡི་རིལ་བུ་སོགས་སྦྲུབ་པའི་སྒྲོ་ནས་འགྲོ་བའི་  
 དོན་ནམ་མཁའ་དང་མཉམ་པར་མཛད་པའི་ཚུལ་རྣམས་རྒྱ་ཆེར་ཉམས་སུ་སྤང་  
 བར་བྱའོ། །ཞེས་པའང་མི་ཕམ་པས་སོ། །མདྲ་ལོ། །

༥ གསང་བའི་དམ་ཇུས་བདུད་ཅི་ཆེན་པོའི་ཤ་ལྷའི་ཕན་ཡོན་ནི། རྒྱུད་  
ལས། ཤ་ཆེན་མཚོག་གི་དམ་ཚིག་གིས། རིག་པ་འཛིན་བའི་གཙོ་བོར་འགྱུར། །  
སྤང་བའི་ཤ་ཡི་དམ་ཚིག་གིས། མངོན་ཤེས་ལྷ་དག་འཕྲོ་བ་པར་འགྱུར། ཤ་  
སྤང་ཤ་ཡི་དམ་ཚིག་གིས། རྡོ་རྗེ་འགྲུགས་བའི་མཚོག་ཏུ་འགྱུར། ཏྲ་ཤ་དག་  
གི་དམ་ཚིག་གིས། མི་སྣང་བ་ཡི་བདག་པོར་འགྱུར། བྲི་ཤ་དག་གི་དམ་  
ཚིག་གིས། མངོན་ཤེས་ལྷ་དང་ལྷན་པར་འགྱུར། ཞེས་འབྱུང་ངོ་། །

༄༅། །ཀུན་མཁྱེན་སྤྱོད་མར་འཇམ་དབལ་གྱི་རྗེས་སྐྱབས་  
པའི་བསྟན་བཅོས་ཡུལ་ལྟ་བུ་པ་དང་།  
རལ་གྱི་ལྟ་བུ་བཞུགས་སོ།།

མཆོག་གྲུབ་པའི་ཡུལ་ནི། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ཤེས་བྱ་ཀུན་ལ་བྱུང་བའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྐྱབས་  
པའི་ཚུལ་གསལ་བར་རྟོན་བརྟེན་སྤྲི་བུ་གསལ་བའོ། །

༥ ། དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་སྤྱི་གསལ་བ་ཇི་ལྟར་སྐྱབས་ཚུལ་མཆོག་གྲུབ་པའི་ཡུལ་  
བཞུགས། དུས་གསུམ་སངས་རྒྱས་ལས་བྱེད་པ། །སངས་རྒྱས་ཐོག་མ་ཐ་མ་  
མེད། །དང་པོའི་སངས་རྒྱས་རྒྱ་མེད་པ། །ཡེ་ཤེས་སྐྱེ་ཅན་བྱེད་ལ་འདུད། །དེ་  
བཞིན་གཤེགས་པ་ཞེས་བྱ་བ། །སྐྱེ་ནི་ལོངས་སྤྱུལ་རང་བཞིན་ལ། །ཆོད་དཔག་  
དཀའ་བ་སྐྱེ་བཞི་སོགས། །ཡང་དག་དོན་ལ་རྟག་ཏུ་གནས། །སྤང་ཚུལ་མི་  
རྟག་ཚུལ་ཡིན་པས། །ཅི་འདི་ཐད་དཔ་ཡིན་ནམ་མེན། །ཡིན་ན་བདེ་བར་གཤེགས་  
པའི་སྐྱ། །རྒྱལ་ཆ་དུས་ཀྱི་འགྱུར་བ་ཅན། །དོན་ཤིང་སྐྱེ་བའི་ལྟར་བྱུང་། །སྤང་  
ཞིང་བསྐྱེད་ཉིད་དང་ཡང་། །ཆོད་མེད་ཡོན་ཏན་མི་སྤང་ཞིང་། །མཉམ་པ་  
ཉིད་དུ་མི་འགྱུར་བས། །གཉིས་དུས་འཁོར་ཡེ་ཤེས་གྲུབ་པ་བྱུངས། །སྤང་ཅན་གྱི་གང་  
ཟག་དང་། །གཉིས་སྐྱེ་མེད་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི། །རྗེས་ལས་ཐོབ་པའི་སྒོ་ངོ་ལ། །  
སྤྱི་གསུགས་སོགས་ཇི་ལྟར་མཐོང་། །ཅི་འདི་གདུལ་བྱའི་སྤང་ངོ་ལ། །འཇིག་

རྟེན་མཐུན་འཇུག་རྩལ་མོ་ཡིས། རྟག་དང་མི་རྟག་ཚུལ་དུ་སྒྲང་། རྟོན་ལ་  
གཉིས་སྟུ་མེད་པ་ཡི། ཡེ་ཤེས་སྤྱིད་ཞི་མཉམ་པ་ཉིད། སྒྲུ་ཐུགས་ཟུང་དུ་འཇུག་  
པ་སྟེ། རྟོགས་དང་དུས་ཀུན་མཉམ་ཉིད་པས། ཆོས་དང་ཆོས་ཉིད་གཉིས་  
སྟུ་མེད། ཤེས་དང་ཤེས་བྱ་དབྱེར་མེད་པར། ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་ལས་མགའོས་  
པས། རྟེན་བཞེན་གཤེགས་པ་མཐར་ཐུག་ནི། ཡེ་ཤེས་རྟོ་རྟེན་སྒྲུ་ཞེས་བྱ། །  
དབྱིངས་ཡེ་དབྱེར་མེད་དག་པའི་སྒྲ། མཐར་ཐུག་གི་གང་བལ་བའོ། རྟེས་  
ན་རྟེན་འཁོར་དང་རྒྱུད་སྒྲ་སྟོན་པས། གཞི་འབྲས་དབྱེར་མེད་དེ། འདི་སྒྲུབ་རིགས་  
པ་ཆོས་ཐམས་ཅད། མཉམ་ཉིད་ཡིན་པས་བདེན་པ་གཉིས། དབྱེར་མེད་  
ཚུལ་གྱིས་རྒྱས་པར་སྒྲུབས། གཞན་དུ་རྟོགས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྒྲ། འདུས་  
བྱས་ཆ་དང་འགྱུར་བར་མཐོང་། འདི་ལ་ཉེས་པ་ཆད་མེད་དོ། གཞན་ཡང་  
ཐེག་ཆེན་གྱིས་འབྲས་བུ། ཡོན་ཏན་བསམ་གྱིས་མི་བྱབ་པ། ཡིད་དང་གསང་  
བ་བསམ་མི་བྱབ། རྟོགས་ན་དེ་ལྟོག་ཡོན་ཏན་ཐོབ། རྟེས་ན་བསམ་གྱིས་  
མི་བྱབ་ཀྱང་། སྒྲང་ཚུལ་ནོར་བུ་རི་བཞེན་དུ། མཛད་པ་རྟག་ཅིང་བྱབ་པ་  
དང་། སྒྲུ་གསུང་ཐུགས་ཀྱི་རྩལ་མོ་སྟོན། རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་གང་ཡིན་  
ཡང་། གཉིས་ཆོས་ཆ་ཡི་དུ་མ་དང་། རྩལ་དང་སྐད་ཅིག་འགྱུར་བའི་ཆ། རོ་  
ངོ་ཉིད་ལ་ཡོང་མེད་པས། རྟག་པ་ཉིད་དང་ཆད་མེད་དང་། གཉིས་སྟུ་མེད་  
པར་ཡང་དག་གནས། གང་དག་ང་ལ་གཟུགས་སྟུ་མཐོང་། གང་དག་ང་ལ་  
སྒྲར་ཤེས་པ། འོག་པའི་ལམ་དུ་ཞུགས་པ་སྟེ། སྒྲེ་བོ་དེ་དག་ང་མི་མཐོང་། །

སངས་རྒྱས་རྣམས་ནི་ཆོས་ཀྱི་སྐྱེ། །འདྲེན་པ་རྣམས་ནི་ཆོས་ཉིད་ལྟ། །ཆོས་  
ཉིད་ཤེས་པར་བྱ་མིན་པས། །དེ་ནི་རྣམ་པར་ཤེས་མི་རུས། །སྦྱེ་ཁེང་ལགས་  
པ་འགྱུར་བའི་ཆ། །མེད་པས་རྟག་པ་ཉིད་དུ་འདོད། །རྟུལ་དང་ཕྱོགས་ཀྱི་ཆ་  
བཅས་སྟ། །མེད་པ་དེ་ནི་ཀྱན་ཁུབ་ཉིད། །གཡོ་དང་འཇུག་པ་གཉིས་ཆོས་  
བྲལ། །དེ་ནི་རྩྭ་གྱིས་གྲུབ་པའོ། །དོ་བོ་སྣང་སྣང་རིས་མེད་པ། །ཐ་སྣང་  
ཀྱན་ལས་འདས་པའི་བྱིར། །རྟག་དང་མི་རྟག་ཁུབ་མ་ཁུབ། །ལྟན་གྲུབ་མ་  
གྲུབ་སོགས་མེད་ཀྱང་། །གནས་ལུགས་འདི་ནི་ཆོས་ཉིད་ཀྱིས། །གྲུབ་ཅིང་  
གཉིས་སྟ་འབྱེད་པ་ཡི། །ཐ་སྣང་ཤེས་རབ་ཀྱིས་གཞལ་ན། །མི་རྟག་སོགས་  
སྟ་བཞག་མེད་ཅིང་། །སྟོག་པ་ཉིད་དུ་ཆད་གྲུབ་ན། །དེ་བྱིར་རྟག་སོགས་ཞེས་  
སྟ་བཞོད། །བདེ་གཤེགས་ལ་ནི་ཡོན་ཏན་ཀྱན། །མཉམ་མེད་གཞལ་མེད་  
ཚུལ་གྱིས་སྟ། །དོ་བོ་ཉིད་ལ་ལྟན་གྲུབ་འདོད། །སྟ་འདིས་མཐའ་ཡས་དོན་  
བྱེད་ན། །རྟག་ལ་དོན་བྱེད་འགལ་བ་ཡི། །དབང་ལྷག་བཞིན་དུ་འདི་མི་འགྱུར། །  
དབང་ལྷག་གཅིག་བདེན་ཀྱན་གྱི་རྒྱ། །དེ་འདྲ་སྒྲུབ་ལ་ཆད་མ་མེད། །འདིར་  
ནི་ཆོས་ཀྱན་དོ་བོ་ཡིན། །སྣང་བྱིར་མཉམ་པ་ཉིད་གྲུབ་ཅིང་། །མཉམ་པ་ཉིད་  
ནི་ཕྱོགས་དུས་ཀྱི། །གཉིས་ཆོས་ཀྱན་བྲལ་བྲི་གང་བྲལ། །བདག་གཉིས་བྲལ་  
བའི་དབྱིངས་དེ་ལ། །བདག་དངོས་དབང་ལྷག་སྟ་ཡིས་དྲངས། །འདི་ཡི་ཡོན་  
ཏན་ཐམས་ཅད་ནི། །ལྟན་གྱིས་གྲུབ་པར་གནས་པ་ལ། །འིམ་དང་ཅིག་ཅར་  
བརྟགས་མེད་དེ། །རི་ལྷར་ལྷ་བའི་དོ་བོ་ལ། །ཚུ་སྣོད་དག་ཏུ་འཆར་རུང་བ། །དོ་

བོ་ནིང་ལ་ལྷུན་གྲུབ་ཀྱང་། གཤམ་ཏེ་ཚུ་སྣོད་ཐམས་ཅད་ནི། གཤམ་ཏེ་ཡོད་  
 བ་གཤམ་ཏེ་ཡོད་པ་ལྟར། འོན་ཀྱང་རྒྱ་ཁྱེན་ལས་བྱུང་ཀྱང་། ཅིག་ཏེ་ཡོད་པ་  
 མི་སྤྲོད་པས། འིམ་གྱིས་འཆར་བ་ནི་དུ་ཤེས། རྟེན་འཁོར་འགྲོ་བའི་སྣང་བ་  
 ནི། འཇུག་བཅས་འདུས་བྱས་ནི་དེ་ཡིན་ཕྱིར། ཅིག་ཏེ་སྣང་བ་མི་སྤྲོད་  
 པས། འིམ་གྱིས་འཇུག་བར་ཡང་དག་ཤེས། འཇུག་མེད་ནི་དུ་འཇུག་བ་  
 ནི། འིམ་དང་ཅིག་ཏེ་གཤམ་བྲལ་བའི། མཉམ་པ་ནི་དུ་གནས་པའོ། །  
 ཆོས་ནི་བཞེད་དུ་གསལ་བ་ཡི། རྟེན་འཁོར་གསལ་ཞེས་གང་བཟོད་པ། འ  
 འབྲས་བུ་བྲལ་མེད་པ་ནི། ཆོས་ནི་བཞེད་དུ་བསྟན་པ་ཡི། བསྟན་པ་འདི་  
 ལས་ཕྱི་རོལ་དུ། གྲུང་བ་རྣམས་ལ་མེད་ཤེས་བྱ། བྱི་དང་ནང་གི་ལྷ་སྟེགས་  
 ཅན། རྣམས་ལ་རྒྱ་འབྲས་ཚུལ་གྱིས་ནི། བདེ་གསལ་མི་རྟག་སྐྱབ་པར་  
 བྱེད། སྣང་ཚུལ་དབང་གིས་དེ་ཡང་གྲུབ། ཆོས་ནི་ཟབ་མོའི་གནས་ལུགས་  
 དང་། རྟེན་འཁོར་གསལ་འབྱེད་ཤེས་རབ་གྱིས། རྟག་སྟེགས་ལས་ལེན་ཤེས་  
 པའི་མཚོག། མཁྱེན་པ་སྤྲོད་མེད་ཡོད་པ་དང་། སྤྲོད་ལག་མེད་སྟེགས་སྐྱབ་  
 བྱེད་མཐུས། གྲུབ་ཅིང་ལོག་རྟོག་ཆད་པ་ཡིས། རྟེན་སྐྱབ་ཀྱི་ཅིག་ཏེ་དུ། རྟག་  
 བཞེད་བྱེད་སྟེགས་འདི་ལྟར་ཞེས། བསམ་མི་བྱུང་ཡིན་ལག་ལ་མེད་ཅམ། །  
 ཡང་དག་ཆད་མས་སྐྱབ་བྱས་སོ། རྟེན་སྐྱབ་ཀྱི་རང་ལས་མི་འདའ་ཡང་། རང་  
 སྣང་སྤྲོད་པས་སྤྲོད་རྣམས་ལ། སྤྲོད་པས་རྣམས་ནི་རང་སྣང་དབང་། རྟེན་  
 ནི་ཡེ་ཤེས་སྤྲོད་བྱས་མིན། ཡེ་ཤེས་སྤྲོད་འགྲོ་བ་ཡི། སྣང་བ་བྱུང་དུ་ཆོས་སྤྲོད་



བ་ལས། །སྐྱེ་ཡིས་སྣ་ཚོགས་མི་རྟག་པའི། །གཡོ་བའི་རོལ་མོ་མཛད་པར་  
 སྣང་། །ཡོན་ཏན་ཉིད་ནི་ཚད་མེད་ཀྱང་། །རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་སྐྱེ་དང་ནི། །  
 གཞོམ་མེད་གསུང་དང་ཀུན་མཁྱེན་ཐུགས། །ཡོན་ཏན་ཚད་མེད་ཐོན་ལས་  
 ཏེ། །གསང་བ་རྒྱུ་གྱི་འཁོར་ལོ་ལྟ། །མི་ཟད་པ་དང་མཉམ་ཉིད་དོ། །གཞན་  
 རྣམས་མི་རྟག་འདོད་པས་ཀྱང་། །ཀུན་མཁྱེན་འདོད་ཕྱིར་རི་ལྟ་དང་། །རི་  
 སྟེང་ཡེ་ཤེས་གཅིག་པར་ནི། །སྐྱབ་པར་དཀའ་ཕྱིར་མཐའ་གཉིས་ཀར། །དུ་  
 མར་སྣང་ཡང་དུ་མའི་སྒྲོན། །མེད་དང་འགྱུར་བར་སྣང་ན་ཡང་། །འགྱུར་མིང་  
 ཡུལ་ལ་སྒོ་བྱར་དུ། །འཇུག་ཅིང་རོ་བོ་ལྟོན་གྲུབ་པ། །འགལ་མེད་ཉིད་དུ་ཤེས་  
 པ་ཡིས། །སྒོ་གོས་ཟབ་ལྡན་མཆོག་གྱུར་པའོ། །ཚད་མ་རྟག་པ་མིན་སྟགས་  
 བཞིན། །འདི་ཡང་སྒོ་བྱར་འགྱུར་བཅས་ཀྱི། །དི་མ་ཟད་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་ནི། །  
 དག་པ་གཉིས་ལྡན་ཉིད་གྲུབ་པས། །རྟག་པ་རང་བྱུང་ཉིད་ལ་ནི། །སྐྱབ་བྱེད་  
 མེད་དེ་འདྲིར་ཡོད་པའོ། །བྱབ་རྟག་རྒྱ་ནི་མི་སྟོད་པས། །རྒྱ་ལས་བྱུང་ཀུན་  
 ཡུལ་དང་དུས། །ཉི་ཆེ་བ་སྟེ་རྟག་བྱབ་མིན། །རྒྱ་མེད་ཆོས་ཉིད་རྟག་བྱབ་པའོ། །  
 ཆོས་ཉིད་བཞིན་དུ་གཤེགས་པ་དང་། །རོ་བོ་མཉམ་ཉིད་བཞིན་དུ་རྟག་སྣང་  
 རྒྱུ་རྒྱ་འབྲས་ཉི་ཆེར་སྣང་། །སྒྲིན་མཐོང་མཁའ་ལ་ཉི་བཞིན་དང་། །ཐ་སྟང་  
 སྟོབས་ལས་དེར་བཞག་པའོ། །དེ་ཡི་བྱིན་རྒྱལ་ས་རང་སྣང་བའང་། །རིག་  
 བྱེད་རྟག་པར་མི་མཚུངས་ཏེ། །ལྟོན་གྲུབ་མཐུད་སེམས་ཅན་སྒོ། །ཆོགས་  
 པས་སྣང་བའི་གཡོ་རྩེ་ལྟེན། །མ་བྱས་ཉིད་ཕྱིར་རང་བྱུང་བའོ། །གཉིས་

ཆོས་མེད་ལ་གཉིས་ཉིད་ཀྱི། རྣམ་པར་འབྱེད་པ་དོན་ལ་མེད། །ཐ་སྙད་གྱིས་  
ནི་གནས་ཚུལ་དུ། རྟག་པར་གྲུབ་ཕྱིར་དེ་སྟོབས་ལྡན། །དེ་ཕྱིར་གཉིས་སུ་  
མེད་པ་ཡི། སྟོང་དང་སྣང་བ་བྱུང་འཇུག་གི། སྣང་ལས་ཀུན་འབྱུང་ཡོན་ཏན་  
ཆེ། །གོ་མ་འགགས་པར་ལྟན་གྲུབ་པ། །ཡོན་ས་རང་བྱུང་ཆོས་ཉིད་ཀྱང་། །  
སྣང་ཆེ་གཉིས་སུ་འབྱེད་པ་ཡི། །ཐ་སྙད་བྱེད་ལ་རྒྱ་རྒྱེན་ལས། །གདགས་པ་  
མེད་པར་མི་སྤྱིད་པས། སྣང་ཆ་རིས་སུ་འབྱེད་པ་ལ། །རྟེན་འབྲེལ་ཉིད་མིན་  
ཡོད་མ་ཡིན། །དེ་ཕྱིར་རྟེན་འབྲེལ་ལམ་སྒྲིབ་སྒྲིབ་པས། །རྟག་ཆད་སྒྲིབ་པ་སེལ་བར་  
བྱེད། །གཉིས་སུ་འབྱེད་ཆེ་རྟེན་འབྲེལ་དུ། །ཀུན་སྣང་ན་ཡང་ངོ་བོ་ནི། །རྒྱ་  
རྒྱེན་རྟེན་འབྲེལ་ལས་འདས་པར། །ཆོས་ཉིད་བསམ་མི་བྱུང་ཏུ་གནས། །དེ་  
གཉིས་གཅིག་གི་རྒྱ་མཚོན་གྱིས། །གཅིག་གྲུབ་པར་ནི་ཤེས་པར། །བདེ་གསེགས་  
གསང་བའི་ཡུལ་ལ་ཞུགས། །འབྲས་བུ་རྣམ་མཁྱེན་རྟག་པ་དང་། །དེ་ཕྱིར་  
གཞི་མ་ལྟན་གྲུབ་ཅིས། །རྒྱུ་མཐོང་སྒྲོ་ལ་འཛིགས་པ་ཡི། །མཐར་ཐུག་སྟེར་  
ལ་འདི་འདྲ་མེད། །དེ་ཕྱིར་དེ་ཉིད་ཆེས་ཟབ་ཅིང་། །བརྗིད་བ་ཉིད་ཀྱི་མཐར་  
ཐུག་པས། །སེམས་དཔའ་ཆེ་རྣམས་གྱིས་ཀྱང་ནི། །རི་བཞིན་རྟོགས་པ་དཀའ་  
བར་གསུངས། །འཁོར་འདས་ཆོས་ཉིད་ཟབ་མོ་ལ། །རྒྱུ་བཞིན་བཞུགས་  
པའི་རྣམ་དཔྱད་དང་། །ཟབ་མོའི་ཐབས་ལ་ཡིད་ཆེས་པ། །དེ་དག་སྒྲུར་ཏུ་  
སངས་རྒྱས་འཇུག། །རྒྱུ་འདི་རྟོགས་ན་ཤེས་བྱ་ཡི། །ནང་ན་མཚོག་ཏུ་གྱུར་  
གཞན་མེད། །ཐོས་པས་ཡིད་ཆེས་ཙམ་ཡོད་ཀྱང་། །ཡན་ཡོན་ཆད་མེད་ཐོབ་

[illegible]

ཚེས་གཅིག་དབང་ལྷན་སྒྲུབ་པ་ཆེ། ལྷན་པའི་སྐྱེས་མཆོག་ལྷན་པའི་སྐུ་ལ། ལྷན་པའི་  
 མེད་གེ་ཚུགས་པ་མེད། གསུང་གི་དབང་ལྷན་ཁྱེད་ལ་འདུད། ཆོས་ཀྱི་འ་  
 གདོད་ནས་མ་བཅོས་ཤིང་། རང་བཞིན་མཉམ་པ་ཉིད་གནས་པ། ཉེ་བཞིན་  
 གསེགས་པ་ཀྱུན་གྱི་རྣམས། རྣམས་རྣམས་ཀྱུན་གྱི་གཞིར་གྱུར་ཏེ། ཆོས་  
 ཅན་སྤང་བ་དེ་སྟེད་ཀྱན། ལྷན་དང་ཡེ་ཤེས་རོལ་བར་ཤར། ཤར་བའང་ཀྱུན་  
 བརྟགས་མ་ཡིན་པར། རང་བཞིན་ཉིད་ཀྱི་གནས་པ་ལ། ཉེ་དང་དེ་ཡི་རྣམ་  
 པའི་མཐུ། ཐོགས་པ་མེད་པར་གྱུབ་པ་ཡང་། ཇི་ལྟར་སྒྲུབ་མཐུས་ནད་འཛོམས་  
 བཞིན། རྣམས་ཀྱི་རྣམ་པ་བསམ་མི་བྱེད། རྣམས་ཀྱི་རྣམ་པ་དེ་སྟེད་པ། ཉེ་  
 བཞིན་གསེགས་ལྷན་ཁྱེད་བརྒྱབས་ཤིང་། ལྷ་ཉིད་རྣམས་ཀྱི་རྣམ་པར་  
 གནས། ལྷན་པ་པོ་ལ་བྱིན་གྱིས་རྫོངས། རྣམས་ཀྱི་རོ་བོ་ལེགས་བརྟགས་

ན། །མཚན་མའི་ཚོས་སྤྱི་དམིགས་གིང་། །རང་བཞིན་ཡེ་ནས་མ་གྲུབ་  
 བས། །གདོད་ནས་མཉམ་པ་ཉིད་དུ་གནས། །ཡི་གེ་གཅིག་སྒྲགས་གང་ཡང་  
 མེད། །ཡི་གེ་མང་པོ་གཞན་ཡང་མེད། །ཡི་གེ་འགགས་པ་རྣམས་མིན་ལ། །  
 གང་ན་ནས་དེ་ནི་མེད་པ་མིན། །ཚོས་ཉིད་དོ་བོས་གྲུབ་པ་དང་། །ཚོས་ཅན་  
 རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་ཅིང་། །རྣམ་པའི་མཐུཡི་གྲུབ་པ་དང་། །ཁྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་  
 གྱིས་གྲུབ་པ་ལས། །སྤོང་དང་རྟེན་འབྱུང་དབྱེར་མེད་ཕྱིར། །མཚོག་ཐུན་དངོས་  
 གྲུབ་ཐམས་ཅད་ནི། །འབད་པ་མེད་པར་སྟེར་བ་ལ། །རི་ལྷར་བསམ་འཁེལ་  
 རོར་བུ་ལས། །དགོས་འདོད་འབྱུང་བ་འགག་མེད་དང་། །མེ་ནི་ཤུགས་གྱི་  
 འབར་བ་ན། །བསྐྱེད་བྱ་བསྐྱེདས་པ་རི་བཞིན་དུ། །ཐེ་ཚོམ་མེད་པར་དངོས་  
 གྲུབ་འབྱུང་། །དེ་ཕྱིར་བདེ་གཤེགས་གསུང་དང་བཅས། །རིག་སྒྲགས་གྱིས་ནི་  
 བསྐྱུལ་བ་ན། །མི་ཡི་མིང་ནས་བོས་པ་བཞིན། །ལྟ་རྣམས་མདོན་པར་འབྱུང་  
 བར་འབྱུར། །སྒྲགས་གྱིས་གྲུབ་པའི་ལྟ་དེ་ནི། །སྒྲགས་གྱི་ཕྱག་རྒྱར་སྤྲང་བའི་  
 ཕྱིར། །ལྟ་དང་སྒྲགས་གཉིས་ཐ་དད་པ། །དམ་པའི་དོན་དུ་རྣམ་དབྱེར་མེད། །  
 ཡེ་ཤེས་ལ་ནི་དབང་ཤིང་བཞིན། །ཕྱག་རྒྱ་གཅིག་པའི་ཉིང་འཛིན་ནས། །བསམ་  
 ཡས་སྒྱུ་འཕུལ་བུ་བའི་བར། །ལྟ་དང་སྒྲགས་གྱི་ཤིང་པ་ལ། །ཡང་དག་ཉིང་  
 འཛིན་བརྟན་ཐོབ་ཅིང་། །འོད་སྟོགས་སྤང་བ་ཤིང་འཁེལ་ནས། །སྤྱི་མེད་གྲུབ་  
 པ་བརྒྱད་ལ་སོགས། །གནས་སྐབས་ཐོན་ལས་ཀུན་འབྱུང་ཅིང་། །མཐར་  
 ཕྱག་ལས་རྒྱུད་རྒྱུ་པ་ཀུན། །ཚོས་ཉིད་ཡེ་ཤེས་དབུ་མའི་མཐར། །རྒྱུ་པས་

བརྟན་གཡོའི་སྒྲ་སྐད་ཀྱི། །བརྟོན་མེད་བརྟོན་པ་ཆེན་པོར་ཤར། །དོ་རྩེ་  
དབྱངས་ཀྱི་ནྱ་དཔེ་སྒྲ། །གཞིམ་མེད་གསུང་གི་འཁོར་ལོ་ནི། །གདུལ་བྱའི་  
ཁམས་དབང་མཐུན་པ་ཡི། །ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་འབྱུང་བའོ། །རྣམ་པ་ཐམས་  
ཅད་མཁྱེན་པའི་གསུང་། །དེ་རུ་ལྷགས་ཀྱི་ཚུལ་སྒྲུབ་པའི། །བརྟོན་པའི་དགོ་  
ཚོགས་མཐའ་གྲས་པས། །ཀྱུན་མཁྱེན་གསུང་ནི་འགྲུབ་པར་ཤོག །

༥ ཡེ་ཤེས་གྲུབ་པའི་ཡུཊྲལ་ནི། ཐོག་མེད་ནས་མཁྱེན་གདངས་ཡོད། བརྟེ་བ་ཡོད། སྒྲིབ་པ་  
བྲལ་ན་ཆོད་མེད་སོགས། གཞི་ཡེ་ཤེས་རང་ལྡན་ལ་མ་སྟོང་བས་ལྡན། འབྲས་བུ་མི་ལྷོག་ཚུལ་དྲག་བྱུང་ལྟར་  
གྲུབ་ཏུ་སྟོན་པ་སྟེ་རྣམ་འགྲེལ་སེམས་ཀྱི་རང་བཞིན་འོད་གསལ་སོགས་སྤྲུགས་ཀྱི་གསུང་བའོ། །

### ༥ ཡེ་ཤེས་གྲུབ་པའི་ཡུཊྲལ་བཞུགས།

ཤེས་རབ་ཡེ་ཤེས་མེ་བོ་ཆེ། །འོད་ཆེན་རྣམ་པར་སྣང་བར་བྱེད། །གཟི་བརྟེན་  
ཆེན་པོ་འོད་གསལ་བ། །ཡེ་ཤེས་སེམས་དབང་ཁྱོད་ལ་འདུད། །གདོད་ནས་  
རྣམ་པར་དག་པ་ཡི། །སེམས་ཀྱི་རང་བཞིན་འོད་གསལ་དེ། །སྒྲུ་དང་ཡེ་ཤེས་  
རྣམ་དབྱེར་མེད། །དྲི་མ་རྣམས་ནི་གློ་བུར་བ། །དོ་བོ་རང་བཞིན་སྤྲུགས་རྩེ་སྟེ། །  
གཞིར་གནས་ཡེ་ཤེས་གསུམ་དང་ལྡན། །ཀ་དག་གཏིང་གསལ་མཚན་མ་  
བྲལ། །ནང་གསལ་གཞོན་ནུ་བུམ་སྒྲུར་བཞུགས། །རྒྱ་ཆད་ཕྱོགས་ལྡང་བྲལ་  
བ་ལ། །མཁྱེན་ཆ་མ་འགགས་དབྱིངས་སྤྲུགས་ལ། །བརྟེ་བའི་རང་གདང་  
འགགས་པ་མེད། །དེ་ཕྱིར་གཞི་ལ་ལྟན་གྱིས་གྲུབ། །རང་བཞིན་ཀྱུན་ཏུ་བཟང་

བོ་ནི། །རྟམ་བཞི་མཉམ་པ་ཆེན་པོའི་གྲོང་། །འོད་གསལ་འཕོ་འགྱུར་མེད་པ་  
 བོ། །ཆ་མེད་ཀུན་འགོ་བྱུང་པའི་བདག་ །རྟམ་མེད་རྟམ་བྱུང་པའི་བདག་།  
 ཡེ་ཤེས་སྒྲུ་སྟེ་རང་བྱུང་བ། །སེམས་ཅན་ཀུན་གྱི་སྦྱིང་ལ་ནི། །རྟག་རྟག་གསལ་  
 གྲང་མ་རིག་པས། །བསྐྱད་པའི་ཁམས་གསུམ་འགོ་བ་ཀུན། །མ་དག་འབྱུལ་  
 པའི་འཁོར་ལོར་འབྱུན། །དག་པ་ཉན་རང་བྱང་འཕགས་གྲང་། །ཤིན་རྒྱུ་རྩལ་  
 དག་མ་ཐོབ་བར། །འདིའི་རང་བཞིན་མཐར་གཏྱགས་པ། །ཡོངས་སུ་རྫོགས་  
 པར་རྟོགས་མི་རུས། །སྦྱིབ་གཉིས་བག་ཆགས་གཏན་སྤངས་ཆོ། །གཞི་ཡི་  
 གནས་ལུགས་རྫོགས་པར་རྟོགས། །དེ་ཕྱིར་དྲི་མ་སྤང་པའི་ཐབས། །ལམ་ལ་  
 འབད་པས་གོམས་པར་བྱ། །དེ་ལའང་ཐུན་མོང་ཐུན་མིན་གཉིས། །ཐུན་མོང་  
 གྲངས་མེད་ཆོགས་བསགས་ལས། །འབྲས་བུ་གཞན་ནས་ཆོལ་བ་དང་། །ཐུན་  
 མིན་སྤགས་གྱི་ལམ་ལའང་། །རྣལ་འབྱོར་བྱི་བས་བདེན་གཉིས་ལ། །སྤང་  
 འོར་བལྟ་པའི་ལམ་གྱིས་བགོད། །ནང་པ་ཐབས་གྱི་ཐེག་པ་ཡི། །བདེན་གཉིས་  
 དབྱེར་མེད་མཉམ་པ་ཆེའི། །ས་ལམ་རིམ་པ་ཀུན་བགོད་ཅིང་། །ཤིན་རྒྱུ་རྩལ་  
 འབྱོར་རྫོགས་པ་ཆེ། །མཆོག་རྟགས་དང་པའི་མན་ངག་གི། །གཞི་འབྲས་ལྟན་  
 གྱུ་བ་ཆེན་པོ་དེ། །རྟོགས་ལྡན་སྤང་མའི་བྱིན་རྒྱབས་གྱི། །སྟོབས་ལེགས་པ་རོ་  
 སྟོན་ཅིང་། །མི་གཡོ་སྐྱམ་ལྡན་རྣལ་འབྱོར་གྱི། །རིག་པ་ཀུན་དང་རྟུ་བཞག་།  
 བོག་འབྱེན་གསང་བ་ཆེན་པོའི་ལམ། །སྟོན་མ་བཞི་ཡི་རྣལ་འབྱོར་ལ། །གནད་  
 གསུམ་འོད་གསལ་འཁོར་ལོར་བལྟ། །ལམ་གྱི་སྤང་པའི་རྩལ་རྫོགས་ཏེ། །

འབྲུལ་སྒྲུབ་ཐམས་ཅད་ཟད་སངས་སྒྲུབ། །འཇའ་ལུས་འཕོ་ཆེན་ཆོ་འདིར་རྟེན། །  
 རང་གནས་རང་བྱུང་ཡེ་ཤེས་གྱིས། །ལམ་འདིར་འོག་མའི་ལམ་གྲུན་རྫོགས། །  
 ཡེ་ཤེས་རིག་པ་དང་འགལ་བའི། །མ་རིག་གཉེན་པོར་འདི་ཉིད་ཆེ། །ལམ་  
 གཞན་རི་ལྟར་བསྐྱོམས་བྱས་གྲང་། །འདི་དང་དངོས་འགལ་མི་འགྱུར་བས། །  
 སྒྲིབ་གཉིས་དུང་ནས་འཛོམས་མི་རུས། །དེ་ཕྱིར་ཡེ་ཤེས་དོ་རྗེ་ནི། །མི་ཕྱེད་  
 མི་ཆོད་མི་ཤིགས་པའི། །རང་བཞིན་ཉིད་དུ་བརྟན་པས་ན། །སྒོ་བྱར་ཉོན་  
 མོངས་གང་གིས་གྲང་། །འདི་ལ་ཚུགས་པར་མི་འགྱུར་ཏེ། །རང་བྱུང་འོད་གསལ་  
 གཤིས་ལྷགས་ལ། །དྲི་མས་ནམ་ཡང་གོས་པ་མེད། །རང་བཞིན་དག་པ་ཉིད་  
 ཡིན་དང་། །དྲི་མ་སྒོ་བྱར་འབྲལ་དུང་ཕྱིར། །གནས་ཚུལ་དོན་དང་མཐུན་  
 པས་ན། །ལམ་ནི་སྟོབས་དང་ལྡན་པ་ཡིན། །ལམ་དེས་སྒྲིབ་པ་བསལ་བ་ན། །  
 ཆོད་མེད་ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོ་དང་། །མཁུན་པའི་ཡོན་ཏན་མངོན་དུ་གྱུར། །རུས་  
 པའི་མཐུ་སྟོབས་བསམ་མི་བྱུང་། །ཕྱིན་ལས་རྟག་བྱུང་ལྟར་གྲུབ་ཏུ། །འབད་  
 པ་མེད་པར་ངང་གིས་འབྱུང་། །ཤེས་བྱ་སྒྲོས་མེད་དེ་ཉིད་དང་། །དབྱེར་མེད་  
 ཡེ་ཤེས་རྣམ་འབྲེས་པ། །དེ་ཉིད་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་གྱི། །ཡེ་ཤེས་ཆོས་  
 སྒྲུ་ཞེས་བྱར་བརྟེན། །དེ་ཉིད་ངང་ལས་མ་གཡོས་བཞིན། །དག་དང་མ་དག་  
 གཏུལ་བྱ་ལ། །འོངས་སྟོད་རྫོགས་དང་སྒྲུལ་བ་ཡི། །མཛད་པའི་ཆོ་འབྲུལ་  
 སྒྲ་ཆོགས་སྟོན། །དེ་ཡང་གདོད་མའི་གཞི་ཡི་ཁམས། །རི་བཞིན་མངོན་དུ་བྱས་  
 པ་ལས། །རང་བྱུང་ཡེ་ཤེས་རང་སྒྲུང་བས། །གཏན་དུ་ཕྱིར་མི་ལྷོག་པའོ། །ཟབ་

ཞི་སྒྲོལ་པ་ཀུན་བྲལ་བའི། རྣམ་པར་མི་རྟོག་ཡེ་ཤེས་ཆེ། རེམས་ཅན་ཀུན་  
གྱི་རྟེན་གྱར་ཏེ། རྒྱལ་ཀུན་ཐུགས་གསང་འབྲུབ་པར་ཤོག། བདུད་ཅི་གྲུབ་པའི་  
ཡུལ། ལྷ་མོ་ལྷ་མོ་ཞེས་གསུང་བའི་རྩ་བ་རྩེ་བའི་ཉིད་ཀྱི་གསུང་པ་ལོགས་སུ་མེད་  
དོ། །

༥ རྟེན་འབྲེལ་གྲུབ་པའི་ཡུལ་ནི། ཆོས་ཀུན་རྟེན་འབྲེལ། རྟེན་འབྲེལ་ལས་འདས་རང་བྱུང་  
ཡེ་ཤེས་སུ་མཉམ་ཡང་གདང་མ་འགགས་རྟེན་འབྲེལ་དུ་གར་བའི། ཕྱི་ནང་འཁོར་འདས་ཐམས་ཅད་རྟེན་  
འབྲེལ། རྣམ་འཁོར་ལས། ཁབ་ལེན་ལས་ནི་ལྷགས་སུ་གཤོ་སྟགས། རྟེན་འབྲེལ་འདི་མིད་ཆེས་རེས།  
རྒྱ་ཁྱེན་འཆོགས་པའི་ལྷག་གི་བྱ་ལ་དུ་རྒྱ་འབྱུང་བ་སྟགས་དྲིགས་པ་ཆོད་རེས། འདི་ཕྱིན་ལས་གྲུབ་པ་ཡིན་  
གསུང། རྟེན་འབྲེལ་གྲུབ་པའི་ཡུལ་བཞགས། ལྷ་བ་བ་ཆེན་པོ་གསལ་བ་ཆེ། བྲགས་  
ཆེན་སྟན་བྲགས་ཆེན་པོ་སྟེ། སྟེ་མེད་ཆོས་དེ་སྒྲ་ཆོགས་སྟོན། སྟེ་འབྲུལ་བྱ་  
བ་ཁྱོད་ལ་འདུད། ཕྱི་ནང་འཁོར་འདས་ཆོས་ཐམས་ཅད། རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་  
བར་འབྱུང་བ་སྟེ། རང་བཞིན་མཉམ་པ་ཆེན་པོའི་གཤིས། རྒྱ་ཁྱེན་རྟེན་འབྲེལ་  
ལས་འདས་གིང་། རྟོང་སྟངས་དང་དྲོས་མེད་སྟེ་འགགས་སྟགས། གཉིས་ཆོས་  
སྐད་ཅིག་རྣམ་པ་བྲལ། རང་བྱུང་ཡེ་ཤེས་ཆེར་མཉམ་ཡང་། རྟེན་ཅིང་གྱི་  
རང་གདང་མ་འགགས་པས། རང་བཞིན་མེད་ཀྱང་སྤྱིད་པ་དང་། རྣམ་པར་  
བྱུང་བའི་ཆོས་རྣམས་ནི། རྟེན་འབྲེལ་སྟེ་མའི་སྣང་བ་ལས། རང་དབང་  
ཉིད་ཀྱིས་འབྱུང་བ་མིན། རྟོང་སྟངས་པོ་རྣམས་ཀྱི་རྣམ་པ་ནི། ཁབ་ལེན་དོ་ཡི་  
སྟོར་བ་ལས། ལྷགས་ཀྱི་བྱུང་མ་གཡོ་བ་བཞིན། འདོད་པས་འདི་ནི་འགྱུར་  
བ་མིན། སྤྱིད་པ་གསུམ་གྱི་གནས་རིས་ཀྱན། ཆ་མེད་རྒྱལ་ལས་ཆ་བཅས་



དང་། །དབང་ཕྱག་ལ་སྟགས་རྒྱུ་དང་། །རྒྱ་མིང་ལས་སྐྱེ་འདོད་པ་འབྲུལ། །  
 རྒྱ་རྒྱུན་དངོས་པོ་འཛོམས་པ་ན། །འདི་ཡོད་པ་ལས་འདི་འབྱུང་སྟེ། །ཟླ་བའི་  
 འོད་ཟེར་དང་སྦྱར་བས། །རྒྱ་ཤེལ་ལས་ནི་རྒྱ་འབྱུང་དང་། །དེ་བཞིན་ཉི་དང་  
 མི་ཤེལ་ལས། །མི་འབྱུང་མི་ཡོད་དུངས་པའི་ངོས། །གཟུགས་བརྟན་རྣམ་པ་  
 རྒྱ་ཚོགས་པ། །མ་གྲུབ་བཞིན་དུ་གསལ་བར་འཆར། །རྒྱུར་བ་གཞན་གྱིས་  
 རྩོས་པ་ལས། །གཞན་གྱི་ཕྱི་རྒྱ་འཛིག་པ་དང་། །དེ་བཞིན་ས་པོན་རྒྱུན་སྦྱར་  
 བས། །ལྷ་ལུ་འབྱུང་དང་རྒྱ་བརྟན་བཞིན། །ལྷག་གི་རུ་ལས་རྒྱུན་ཚོགས་ཆོ། །  
 དུས་ལ་སྟགས་སྒྲིན་པ་ཡང་། །རུ་དེ་དུས་འི་རྒྱ་མིན་ཡང་། །རྟེན་འབྲེལ་ཚོས་  
 ཉིད་བསམ་མི་བྱུང་། །བདེ་གཤེགས་སྒྲིན་ལས་གསང་བ་ཆེད། །ཤིན་ཏུ་ཟབ་  
 མོའི་མཛོད་ཁང་འདི། །དེ་བཞིན་གཟིགས་པ་ཐམས་ཅད་མཐུན། །གཞན་གྱི་  
 རྒྱུད་ཡུལ་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་ཕྱིར་རྒྱ་འབྲས་རྣམ་བཞག་དང་། །ལས་དང་ལས་  
 འབྲས་སྒྲིན་ཚུལ་ལ། །ངེས་ཤིང་གཏིང་ནས་འབྱུངས་པ་ཡི། །ཚོས་ཀྱང་རྟེན་  
 འབྲེལ་ཡིད་ཆེས་རྟེན། །རྟོང་དང་རྟེན་འབྱུང་མི་བྱེད་པའི། །བཀའ་འཁྱགས་ལྷག་  
 རྒྱས་ཐེབས་པ་ལས། །ཕྱི་ནང་གསང་བའི་ཚོས་ཐམས་ཅད། །རྟེན་འབྲེལ་  
 ལམ་དུ་བྱེད་བཡིས། །མཐར་ཐུག་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་འབྱུང་གི་ །ཚོས་ཅན་སྣང་  
 བ་དེ་སྟོན་པ། །ཚོས་ཉིད་དབྱིངས་སུ་རྒྱུབ་པ་ལས། །ཟུང་འཇུག་གི་གང་བལ་  
 བར་གནས། །འཇམ་དཔལ་ཡེ་ཤེས་སེམས་དཔའི་སྒྱ། །རང་བྱུང་ཉིད་དུ་མཛོད་  
 རྒྱུང་ནས། །སྟོང་ལ་ཡེ་ཤེས་རྟེན་འབྲེལ་འཆར། །མྱིད་གསུམ་མ་རིག་སྒྲུབ་

སེལ་ཤོག །

༥ རལ་གྱི་ལྷ་ལས། བདེའ་ཤན་འབྱེད་ཐེ་ཚོམ་དུ་བ་གཅོད་པའི་རལ་གྱི། རོན་ནམ་པར་ངེས་པ་  
ཤེས་རབ་རལ་གྱི། བདུད་ཀྱི་རྒྱ་ཐབས་འཛོམ་པ་མཁྱེན་པའི་རལ་གྱི་གཉིས་ལོགས་སུ་ཡོད་དོ། །

༥ ཀུན་རྟོག་འཆིང་བ་གཅོད་པ་སྤྲགས་ཀྱི་རལ་གྱི་བཞུགས། ཐེག་པ་ཆེན་པོ་སྤྲག་  
བསྐལ་གཅོད། །སྤྲགས་མཚོག་སྤྲགས་བདག་རིགས་པའི་རྒྱལ། །སངས་  
རྒྱས་ཀུན་བདག་སྤྱི་མཚོག་ །ཡེ་ཤེས་གྲུབ་པར་ཐུག་འཚལ་འདུད། །དངོས་  
པོ་ཀུན་གྱི་རང་བཞིན་ནི། །ལྟན་སྤྱིས་བདེ་བ་ཆེར་རྟོགས་ན། །འཆིང་བ་ཀུན་  
ཀྱང་གྲོལ་པའི་ལམ། །རྣལ་འབྱོར་ཟབ་མོ་སྤྲགས་སུ་ཆོག་ས། །ཡང་དག་མཐའ་  
ཞི་ཚོས་ཀྱི་དབྱིངས། །རི་བཞིན་ཉིད་དུ་མ་རིག་པའི། །འཛིན་པའི་དབང་གིས་  
ཉོན་མོངས་དང་། །ལས་ཀྱིས་འདུས་བྱས་སྤྱིད་པར་སྤྲང་། །འཁོར་པའི་བདེ་  
སྤྲག་སྤྱི་ཚོགས་པ། །མི་བརྟན་སྐད་ཅིག་གཡོ་བ་དང་། །སྤྲག་བསྐལ་དངོས་  
དང་དེ་ཡི་རྒྱར། །རྒྱར་པའི་སྤྱིད་པ་སྤྲག་བསྐལ་འདམ། །གང་དེ་རང་སེམས་  
འབྱུལ་བ་ལས། །བྱུང་བས་ཉོན་མོངས་ཉིད་དང་ནི། །དེ་ཡི་གཉེན་པོའི་ལམ་  
ལས་ནི། །སྤྱིད་ཞིའི་སྤྱོད་ཡོན་འབྱུང་ཤེས་ནས། །བྱུང་དོར་ཚུལ་གྱིས་འཇུག་  
པ་ནི། །རྒྱུ་ཡི་ཐེག་པའི་ལམ་ཡིན་ལ། །རང་སེམས་ཉོན་མོངས་ཀྱིས་སྤྱུལ་པའི།  
སྤྱིད་པ་མི་ལམ་མེ་ལྷ་བྱ། །སྤྲག་བསྐལ་ཉིད་དུ་མཐོང་བ་ལས། །འཛིགས་  
པའི་ཡིད་ཀྱིས་ཞི་མཐར་འགྲོ། །ཡང་དག་དོན་ལ་སྤྱིད་མེད་ཀྱང་། །རྟེན་འབྱུང་  
བསྐྱེད་ཚུལ་ཤེས་ནས། །ཀུན་རྟོག་འཁོར་འདས་གཉིས་འཛིན་ཅན། །བྱུང་

དོར་ཚུལ་གྱིས་དཀའ་བ་སྒྲོང་། །རྟག་གི་དེ་ཉིད་ཤེས་པ་ཡི། །མ་བྱ་ལ་ནི་བཙུང་  
 རུ་འགྱུར། །དེ་བཞིན་མདོ་དང་སྒྲགས་ཀྱི་ཚུལ། །གོང་མ་གོང་མའི་སྒོ་བྱང་  
 ཀྱི། །ཐབས་ཀྱི་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་དང་། །མཐར་སྒྲུག་འབས་སུ་འཕྲེལ་གཅི་ཡི། །  
 ཡང་དག་དོན་མཐོང་སྒོ་བརྟགས་ན། །ཉོན་མོངས་ཉིད་དང་འཁོར་བ་ཞེས། །  
 གང་སྣང་འདི་དང་མྱུང་འདས་ལ། །བྱང་བར་རྩལ་ཙམ་མ་མཆིས་ཏེ། །མ་  
 འགག་སྣང་བ་ཐབས་ཀྱི་སྒྲ། །རང་བཞིན་མེད་པ་ཤེས་རབ་ཡུམ། །གཉིས་  
 མེད་ཟུང་འཇུག་བདེ་བ་ཆེ། །འདི་ནི་ཆོས་ཀུན་དེ་བཞིན་ཉིད་སྒྲགས་རྒྱུད་ཀྱི་ཆོག་དངོས་བཞག་  
 དགོས། ཀུན་གྱི་ཆོས་ཉིད་འདི་ཁོ་ན། །ཆོས་ཀུན་ཡེ་ནས་མྱུང་ན་འདས། །གལ་  
 ཏེ་ཉོན་མོངས་ཉིད་གྲུབ་ན། །སྤང་དང་བསྐྱར་བ་ཡོངས་མི་རུས། །མ་གྲུབ་དེ་  
 བྱིར་ཉོན་མོངས་ནི། །སྒྱུ་འདྲ་དོན་ལ་མ་གྲུབ་ཅིང་། །དེས་དོན་གནས་ཚུལ་  
 ཟབ་མོ་ལ། །ཉོན་མོངས་ཉིད་ཀྱང་ཡེ་ཤེས་ཏེ། །སྒྲུག་བསྐྱལ་རྣམ་གྲོལ་ཆེན་  
 པོ་ཡིན། །སྤང་སྤིང་ག་དོད་ནས་བདེ་ཆེན་པོ། །འདུས་བྱས་སེམས་ཀྱི་བསྐྱེད་  
 པ་ཡི། །བདེ་བ་གང་དེ་མི་རྟག་ལ། །འཕོ་བ་མེད་པའི་བདེ་བ་ནི། །རྣམ་ཀུན་  
 རྟག་པ་ནམ་མཁའ་འདྲ། །རྟག་དང་བྱུང་དང་རང་བཞིན་མེད། །ཐམས་ཅད་  
 ཀུན་གྱི་བདག་ཉིད་པས། །བདེ་བ་ཆེ་ཞེས་རྣམ་པར་བརྗོད། །དེ་ལ་འཁོར་  
 འདས་སྤང་དོར་སྒྲགས། །གཉིས་ཆོས་ཀུན་མེད་མཉམ་པ་ཉིད། །དེ་ལྟར་མདོ་  
 སྒྲགས་ལྟ་བུ་ཡི། །ཟབ་པའི་གནད་ལས་སྒྲགས་གྲུབ་པའི། །ཚུལ་འདི་མདོར་  
 རུ་གྱུར་པ་ལས། །སྒྲུག་བསྐྱལ་ཀུན་ལས་རྣམ་གྲོལ་ཞིང་། །གསུམ་སེལ་མཐའ་

ཡས་གྲོལ་གསུམ་ཐོབ། ཚིག་ཀུན་རང་བཞིན་འོད་གསལ་གྱི། གསང་སྤྲུགས་  
ཇི་བཞིན་མངོན་གྱུར་བར། རྒྱ་འབྲས་རྣམ་བཞག་ལས་གྲོལ་གྱིར། འཁོར་  
འདས་མཉམ་ཉིད་འུབ་ཚུབ་བས། འགོ་དང་སྤྲིག་བའང་དེ་ལ་མེད། རང་  
བཞིན་འཆིང་གྲོལ་ལས་འདས་སོ། གཞུང་འཛིན་གཉིས་སུ་སྤྲང་བ་ཡི། འག་  
དང་མ་དག་ཚིག་ཀུན་གྱི། རྣམ་བ་རྒྱལ་ཙམ་མ་དམིགས་གིང། ཐམས་ཅད་  
ཡེ་ནས་དག་པའོ། ཐེག་བརྒྱད་སྒྲོ་ཡི་རིམ་བ་ཡི། མཚན་བཅས་མཚན་མེད་  
ལ་སོགས་པ། ལམ་གྱི་རྣམ་བཞག་ཇི་སྟེད་དང་། རྣལ་འབྱོར་ནང་བ་སྒྲ་ན་  
མེད། སྤྲུགས་གྱི་ཐེག་བ་ཆེན་པོའི་ཚུལ། ཐབས་ཤེས་མཉམ་བ་ཆེན་པོ་ཡི། འ  
དག་མཉམ་དབྱེར་མེད་ཚིག་སྐྱུ་བུ། གཏན་ལ་འབེབས་དང་བསྐྱོམ་བ་ཡི། འ  
ལམ་དང་རང་རང་འབྲས་བུའི་ཚིགས། ཇི་ལྟ་ཇི་སྟེད་ཐམས་ཅད་ཀྱང་། ཡེ་  
ཤེས་སྤྱི་གཞུགས་ཇོགས་བ་ཆེའི། རང་བྱུང་ཡེ་ཤེས་ཚིག་སྐྱུར་ཇོགས། ཐམས་  
ཅད་འདིར་འདུས་འདིར་གཞོལ་ཞིང་། འདི་ནི་ཐེག་ཀུན་ཅེ་རྒྱལ་ཆེ། ཤིན་  
ཏུ་རྣམ་བར་དག་པ་ཡི། བདེ་ཆེན་མཆོག་ཏུ་མི་འགྱུར་དངོས། འདི་གྲུབ་  
སྟེན་གསུམ་འགྲོ་བ་རྣམས། སྤྲུག་བསྐྱལ་མཆོ་ལས་རབ་སྒྲོལ་ཞིང་། བདེ་  
བ་ཆེན་པོའི་མཆོག་འགྲུབ་ཅིང་། སྤོན་ལས་མཛད་བ་རྒྱན་ཆད་མེད། མཁའ་  
ལྷར་བྱུང་ཅིང་ནོར་བུ་དང་། ལྷ་ཉིད་བག་བསམ་གིང་བཞིན་བུ། འབད་མེད་  
ལྷན་གྱིས་གྲུབ་པའོ། སྤྲུགས་གྱི་རལ་གྱིའི་མཆོན་ལྷན་པོས། སྤྲུག་བསྐྱལ་  
བདེ་བ་ཆེན་པོར་གཙོད། ཚིག་ཀུན་སྤྲུགས་གྱི་དེ་ཁོ་ནའི། རང་བཞིན་མངོན་

དུ་འགྱུར་བར་ཤོག །

། བྱ་ཚུལ་ཀུན་དུ་གཅོད་པ་ཡེ་ཤེས་རལ་གྱི་བཞུགས། དུས་གསུམ་དུས་མེད་  
 རྟོགས་པ་པོ། ཡེ་ཤེས་གཉིས་མེད་ཚུལ་འཆང་བ། རྣམ་པར་རྟོག་མེད་ལྟན་  
 གྱིས་བྱུང་། འཇམ་དཔལ་ཡང་དག་དཔལ་ལ་འདུད། འདོས་ཀུན་ལྟན་  
 རྣམས་བདེ་བ་ཆེ། བཅའ་དུ་མེད་པའི་ཆོས་ཉིད་མྱེད། ཁང་ནས་བཅའ་ཀྱང་  
 མི་རྟོན་དེ། རང་སེམས་གཏུག་མའི་བབ་གྱིས་མཐོང་། བརྗོད་དུ་མེད་པའི་  
 ཆོས་ཉིད་ནི། རང་གི་གནད་གྱིས་མ་ཤར་ན། རི་རྟོན་བརྗོད་པའི་ཁ་བརྒྱད་  
 ཀྱང་། འལ་བ་འབའ་ཞིག་ཁོ་ནར་ཟད། སེམས་གྱི་གསང་འདི་ཡེ་གནས་  
 ཀྱང་། སྤྲོ་མའི་མན་ངག་ལམ་ལ་རག། མ་བཅོས་ངང་གིས་གནས་པ་ལ། རང་སེམས་  
 བཞག་ཅིང་རང་བབ་བལྟ། རང་བཞིན་སྤྲུལ་ཀྱང་མ་བྱས་པར། ཡེ་  
 བས་གཟུང་འཛིན་མཐའ་ལས་འདས། འཕྲིན་ལྟར་གཏད་འཆིང་བ་ཀུན་བྲལ་  
 བའི། མཉམ་པ་ཉིད་ལ་ངེས་རྟོན་ན། ཅི་ཡང་བྱས་པ་མེད་པར་ནི། ལྷང་  
 སྤྲོད་ཡེ་སངས་རྒྱས་པའི་དོན། འོད་གསལ་རྫོགས་ཆེན་གྱུ་མཐར་རྟོགས། རྩ་  
 ཚུལ་པའི་འཆིང་བ་ཀུན་བྲལ་ཏེ། རང་བྱུང་ཡེ་ཤེས་མཉམ་པར་བཅའ། འདྲ་  
 ལྟ་འབྲས་བུའི་བཅོན་ས་ཟིན། སྤྲོ་བདེ་ལྟན་ཡངས་ཨ་ལ་ལ། བལྟར་མེད་  
 མཐའ་བྲལ་ཡངས་པ་ཆེ། སྤྲོ་མེད་རང་བབ་གཏུག་མའི་གྲོང་། གཟུང་  
 གཏད་མེད་པའི་ཤུགས་འབྱུང་རྩལ། ཐིག་ལེ་ཉག་གཅིག་ཀུན་གྱི་གཞི། །

འཁོར་དང་མུང་འདས་ས་དང་ལམ། ཇི་སྟེན་གྲུབ་མཐའི་ཞེ་འདོད་ཀུན། ཁྲོས་  
བྱས་ཆོན་གྱི་རི་མོ་རྣམས། ཉག་གཅིག་མཁའ་ལ་ཡོང་ཡེ་མེད། ཇི་སྟེན་རྟོག་  
དང་རི་སྟེན་བརྟེན། ཁག་ལྟར་སྣང་ཡང་ཀུན་གྱི་མཐའ། ཉག་གཅིག་གྲོང་  
དུ་འབྱུང་བ་པར། དེས་ན་གདོད་མའི་གྲུབ་མཐར་སྟོགས། ཡེ་ཤེས་རལ་གྱི་  
འབར་བ་ཡི། ལྟ་ངན་སྣང་པོ་རྩད་ནས་གཅོད། མཁྱེན་གཉིས་ཡེ་ཤེས་སྣང་  
བ་ཡི། སྤྱིད་པའི་ཐུན་པ་སེལ་བར་ཤོག །

༥ བྱང་རྩལ་གྱི་སེམས་སྒྲོམ་པའི་ཐབས་སྒྲོ་ཡི་རལ་གྱི་བཞུགས། བྱང་རྩལ་སེམས་སྒྲོམ་ས་  
ཐབས་ཐབ། ཆོས་ཀུན་རང་ངོས་མ་གྲུབ་ཀྱང་། སྣང་རྩལ་གཉིས་ཆོས་ཅན་ངོར་བཞེན་གཉིས་  
དོན་ལ་དབྱེར་མེད་གནས་རྩལ། དེ་ཡིད་དཔྱད་དུ་མ་སོང་བར་རང་རིག་གི་སྟེང་ཐར་དུ་གཏན་ལ་ཐབ། དེ་  
སངས་རྒྱས་ཀུན་གྱི་ཡེ་ཤེས་གྱི་སྒྲོམ་གྱི་སྟེང་པོ་དེ་ངོས་དོན། འཇམ་དཔལ་གཞིན་ཉུ་སྒྲོམ་པ་ཡིན་རྩལ་  
སྟགས་སྒྲོས་ཀུན་ཞེས་རྒྱབས། སྣང་ཙམ་བསྟོན་དུ་མེད་མཐོང་བ། དེ་ཆོར་སྣང་  
ཙམ་དུ་ནི། ཁྲོ་ལྟ་སྟེ་ཞེ་གཉིས་མི་འབྱུར། སྒྲ་ཆོག་སྒྲ་མི་ལམ་སྒྲ་འདྲའི་  
སེམས། བརྟག་ན་རང་བཞིན་མ་གྲུབ་པར། ཀུན་སྣང་རྩལ་སྟེ་འདྲའི་རང་རྩལ་  
ཅན། ཁགས་ལ་སྟེང་བྱུང་དུ་འཇུག་པར་ཤེས། སྟགས་སྟེང་གི་གཏེར་འཁྱེན་པའི་མན་ངག་  
སྒྲོམ་པ་སྟེ་འདྲའི་གྱི་ཡེ། འཇམ་དབྱངས་ཨ་ར་པ་ཅ་སྟོན་བཞི་སྟགས་སྣང་ལ། །

༦ བྱང་རྩལ་གྱི་སེམས་སྒྲོམ་པའི་ཐབས་སྒྲོ་ཡི་རལ་གྱི་བཞུགས། རོ་རྩེ་སྒྲོ་གྲོས་དོན་  
བཞིན་རིག ལ་རོལ་ཕྱིན་པ་ཀུན་རྟོགས་ཤིང་། བྱུག་རྒྱ་བཞི་ཡི་དོན་སྟོན་  
པ། མཁྱེན་པའི་གཏེར་ཆེན་བྱོད་ལ་འདུད། ཇི་ལྟར་སྣང་གྲགས་ཆོས་རྣམས་

ཀྱན། །མ་བརྟགས་ཉམས་དགར་སྒྲུང་ཙམ་པ། །ཐ་སྒྲུང་ཀྱན་རྫོབ་བདེན་པ་  
 དང་། །དབྱེད་ན་དོན་ལ་མ་གྲུབ་པ། །གནས་ལུགས་དོན་དམ་བདེན་པ་སྟེ། །  
 ཚོད་མ་གཉིས་ཀྱི་གཞལ་བ་ཡི། །བདེན་གཉིས་མ་འདྲེས་སོ་སོར་འཛོག་ །མཐར་  
 ཐུག་བདེན་གཉིས་དབྱེར་མེད་དེ། །ཚོས་ཀྱན་རང་དོས་མ་གྲུབ་ཀྱང་། །སྒྲུང་  
 ཙམ་བསྟོན་དུ་མེད་མཐོང་པ། །དོ་བོ་བྱུང་འཇུག་རྟོག་མཐའ་བྲལ། །རང་བཞིན་  
 ཉིད་དུ་ཡིན་ས་གནས། །དེ་ཆེ་རང་སྒྲུང་ཙམ་དུ་ནི། །སློ་ལུན་སུ་ཞིག་རྟོགས་  
 མི་འགྱུར། །སྒྲ་ཚོགས་མི་ལམ་སྒྲ་འདྲའི་སེམས། །བརྟགས་ན་རང་བཞིན་མ་  
 གྲུབ་པར། །ཀྱན་སྒྲུང་ཆུ་རྒྱའི་རང་ཚུལ་ཅན། །གསལ་སྒྲོང་བྱུང་དུ་འཇུག་པར་  
 ཤེས། །དེ་ནི་ཡིད་དབྱེད་ཙམ་མིན་པར། །རང་རིག་སྟེང་དུ་གཏན་པབས་ན། །  
 སངས་རྒྱས་ཀྱན་གྱི་ཡི་ཤེས་སྒྲ། །ཚོས་ཀྱི་སྟིང་པོ་གཏུག་མའི་སེམས། །དེས་  
 དོན་འཇམ་དཔལ་གཞོན་ཅུ་ཉིད། །རྟོག་བྲལ་རིག་པས་མངོན་སུམ་མཐོང་། །  
 རི་བཞིན་པ་ཡི་གནས་ལུགས་ལ། །སློ་ཡི་མ་བཅོས་རང་བབས་འཛོག་ །ཡང་  
 དག་ཉིད་ལ་ཡང་དག་ལྟ། །ཡང་དག་མཐོང་བས་རྣམ་པར་གྲོལ། །དོ་རྗེའི་ཡི་  
 གོ་འབྲུ་བཞི་པོ། །རང་བཞིན་བཞི་སྒྲུང་སྟོན་མ་བཞི། །ཐུག་རྒྱ་བཞི་པོའི་དེ་  
 ཉིད་དང་། །སྒྲུང་བའི་ལམ་གྱི་ཐབས་བཞི་སྒྲུབས། །ཨ་ནི་མ་སྒྲེས་ཚོས་ཀྱི་སྟོ། །  
 སྟེ་མེད་དབྱིངས་ལས་སྟེ་བའི་དབྱིངས། །རང་བཞིན་གསལ་བ་འཇའ་འོད་  
 །ཁང་། །དབྱིངས་ནི་རྣམ་དག་སྟོན་མ་དང་། །ར་ནི་རྣལ་དང་བྲལ་བའི་སྟོ། །ཡི་  
 ཤེས་སྒྲུན་ལ་ཆགས་ཐོགས་མེད། །འོད་ཀྱི་སྒྲུང་བ་མཐའ་ཡས་པ། །འཆར་

སྒོ་རྒྱུད་ཞགས་ཚུའི་སྒོན་མ། ལ་ནི་དོན་དམ་སྤང་བའི་སྒོ། སྒྲིང་དང་རིག་པ་  
གཉིས་མེད་པ། རྟོད་གསལ་སྒོས་པ་བྲལ་བ་ནི། ཤེས་རབ་རང་བྱུང་སྒོན་  
མའོ། ཅེ་ནི་འཆི་འཕོ་སྒྲེབ་མེད། རང་བཞིན་འོད་གསལ་རིགས་ལྡེ་ཡི། ཆོམ་  
ལུང་ཡེ་ནས་གནས་པ་ནི། ཐིག་ལེ་སྒྲིང་པའི་སྒོན་མ་སྟེ། ཁ་ནི་མིང་དང་བྲལ་  
བའི་སྒོ། སྒོན་མ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ཀྱང་། ཡིད་དཔྱོད་མཚན་མའི་ཆོས་ལས་  
འདས། མིང་འདོགས་བྲལ་བར་ལ་བསྐྱེད། རྩི་མི་སྒོ་གོས་སྤང་བའི་སྒོ། །  
གཞིར་གནས་སྐྱ་གསུམ་ཡོན་ཏན་རྣམས། ལམ་དུས་མཛོན་སུམ་སྤང་བའི་  
ཕྱིར། ཐིག་རིམ་དགུ་ལས་བྱུང་བར་འཕགས། མཐར་ཐུག་རང་འབྲས་ལ་  
སྒྱུར་ཆོ། རྟོད་སྤང་དང་དཔོན་མེད་ཆོས་རྣམས་ཀྱང་། རྟོད་གསལ་ཆེན་པོའི་  
དབྱིངས་སྐྱ་ཐིམ། རྟོན་གསལ་པ་མེད་པར་རབ་ཏུ་ཞི། ཕྱིར་གསལ་སྐྱ་དང་ཡེ་  
ཤེས་ཀྱི། སྒྱིན་ཆེན་རྣམ་པར་བཀོད་པ་ལས། རྣམ་མཁའ་རི་མིན་གནས་ཀྱི་  
བར། འགོ་སྒྲོལ་དབང་འབྱོར་རྟག་བྱུང་འབྱུང་། རྟག་འདིས་མཐའ་ཡས་  
འགོ་བ་རྣམས། རང་གནས་བྱང་ཚུབ་སེམས་ཀྱི་གཏེར། ལ་འབད་བཞིན་  
དུ་མཛོན་གྱུར་ཏེ། བྱམ་ཅིག་སྐྱ་གསུམ་གྲོལ་བར་ཤོག རི་ལྗར་ཀུན་མཁྱེན་འཇམ་  
དབྱངས་སྒྲ་མའི་བརྟན་བཅོས་དགོས་པ་དང་། རྟོན་འབྲེལ་ཆེན་པོའི་དོན་གནད་ལྡན་པའི་རལ་གྱི་ལྗ་དང་།  
ཤུལ་ལ་ལྗ་པོ་རྣམས་ལས་རྗེ་རང་ཉིད་ཀྱི་གསུང་རྩོམ་ལ་ཆེར་གནད་ཟེན་དང་། མ་གྲུབ་པ་ཅུ་ཐོ་བཀོད་པ་  
རྣམས་རྗེ་སྒྲ་མ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་དགོངས་རྗེ་གསལ་མཚོད་བར་དམིགས་ནས། རྗེ་སྒྲིང་འཛིན་པ་ཆེན་  
པོ་གཙོག་མ་ལན་རྣམས་ལྡན་གྱི་ལྗར་ཅིག་བྱེད་ཀྱིན་མཛད་དེ་འཇམ་དབྱངས་སྒོ་གོས་རྒྱ་མཚོས་རྗོངས་སར་  
བཀྲ་ཤིས་ལྷ་ཙུང་འཕགས་པ་འབྲེལ་ཤིས་འཆི་མེད་གྲུབ་པའི་དགའ་ཚལ་དུ་བྲིས་པ་འདིས་ཀྱང་ཐམས་ཅད་



མཁུན་པ་མི་ཤམ་ཆོས་རྗེ་དེ་ཐུགས་དགོངས་ཤོགས་ཤིང་། རྒྱལ་བ་ཉམ་སྤྱི་དང་ལྷན་པར་རྒྱལ་དབང་པདྨ་ལས་  
གོལ་གྱི་བརྟན་པ་རིན་པོ་ཆེ་ཕྱགས་དུས་གནས་སྐབས་ཀུན་ཏུ་དར་ཤིང་རྒྱས་པའི་རྒྱར་གྱུར་ཅིག སྐབ་དུ་  
མཛུ་ལོ། ॥

## ༡༡། །ཡེ་སངས་རྒྱས་པའི་རྣམ་བཤམ་སྒོ་གྲོས་ སྤང་བ་རྣམ་སྟེར་བཞུགས།

ན་མོ་གུ་རུ་པདྨ་མཛུ་ཤྱི་བཟླ་དྲི་གྲུ་ཡ། ཞི་སྒྲ་སྟེ། རང་བྱུང་བཅུ་མཆོག་གསེར་  
གྱི་སྟོང་པོའི་སྒྲིབ། །མཁུན་བཟང་རིགས་ལམ་འབུམ་གྱི་སྒྲོག་ཐེང་ཅན། །འཆད་  
ཅོད་ཅོམ་པའི་སྟན་འབྱུར་འབྱུག་སྐྱས་མཛེས། །ཐན་བདེ་ཤོར་བུའི་ཆར་འཛིན་  
དེ་ལ་འདུད། །གཞུང་མང་མེ་དོག་བཤད་པའི་ཆལ་ཀུན་ཏུ། །རྣམ་དཔྱོད་བྱང་  
བ་འབྱུ་བའི་སྐལ་བཟང་ལ། །སྒོ་གྲོས་ལང་ཆོ་ངོམས་པའི་རྣམ་འབྱུར་འགའ། །  
ལེགས་བཤད་སྤང་ཅིའི་ཐོལ་གྱིས་འདིན་བཤམ། །རི་ལྷར་སེང་གའི་ངོ་རོལ། །  
རི་དྲགས་རྣམས་ཀྱི་སྟོང་ལ་གཟན། །དེ་བཞིན་སྟོང་ངོ་ཞེས་བཟློད་ན། །ཉན་  
ཐོས་རྣམས་ནི་སྒྲག་ཅིང་སྟོད། །འོན་ཀྱང་སྟོང་ཉིང་ཅིས་མི་བདེན། །དེ་བཞིན་  
ཐེག་མཆོག་ཨ་དེའི་ཆོས། །འོག་མའི་ཁུར་དུ་མི་བཟོད་ཀྱང་། །ཅི་ཕྱིར་ཐེག་  
ཆེན་མི་བདེན་མིན། །གང་དུ་ཆོས་སུ་ཅི་སྤང་བ། །རང་བཞིན་གདོད་ནས་དག་  
བ་ཡི། །ལྟན་གྱུ་བ་ཡེ་ཤེས་སངས་རྒྱས་ཉིད། །དེས་ན་སངས་རྒྱས་འབའ་ཞིག་  
ལས། །ནམ་ཡང་གཞན་དུ་མི་རྟོད་དོ། །སྒྲག་ཀུན་ལམ་གྱི་བདེན་བ་རྣམས། །

འདི་དོན་མ་མཐོང་མཐོང་བྱིང་ཏེ། །མཐོང་ན་གང་ལས་མི་འདའ་བ། །དེ་ནི་  
གྲུབ་མཐའི་སྙིང་ནོར་འདོད། །རི་ལྟར་འབྱུལ་དང་མ་འབྱུལ་བའི། །གནས་  
སྐབས་སློ་ཡི་གཞལ་བའི་དོན། །གང་གཟུང་ཞེན་བྱི་མ་སྟེ། །འབྱུལ་བ་ཟད་  
བར་སྤང་སྟེ་གྲུབ། །གལ་ཏེ་སྤྲུག་བསྐྱེད་ཀུན་འབྱུང་དག །དེས་པར་གྲུབ་པ་  
ཞིག་ན་ནི། །སྤྲུལ་སངས་རྒྱས་འབྱུང་བར་འབྱུང། །མ་གྲུབ་དབྱིངས་དེ་ཡེ་  
སངས་རྒྱས། །

༑ རི་ལྟར་འཐོར་རྒྱུད་གཡོ་བ་ཡིས། །སྒྲོན་མེ་རྒྱུད་ཅུགསོད་བྱེད་ཀྱང་། །  
ནགས་ལ་མེ་ཆེན་མཆེད་པ་ན། །མེ་སྟོབས་སྤར་བའི་གྲོགས་སྤྱུ་འབྱུང། །དེ་  
བཞིན་ཆགས་སོགས་ཉོན་མོངས་གྱིས། །སློ་རྒྱུད་རྣམས་ལ་ཡེ་ཤེས་སྒྲིབ། །ཡེ་  
ཤེས་ཆེན་པོ་འབར་བ་ན། །དེ་ཉིད་གྲོགས་སྤྱུ་འཆར་བ་ཡིན། །དེས་ན་ཡེ་ཤེས་  
སྒྲིབ་ཅེས་བ། །སློ་ལ་ལྟོས་གྱི་དོན་ལ་མིན། །དོན་ནི་ཡེ་ཤེས་ཆོས་སྤྱུ་ལ། །སྒྲིབ་  
བར་རྒྱས་པ་དེ་སྤྲུལ། །འབྱུལ་སྤང་གཞོམ་པ་དོན་དམ་དེ། །དོན་དམ་སྤྲུས་  
ཀྱང་མི་ཤིགས་བས། །དེ་ལ་རི་ལྟར་སྤང་བ་དེ། །ཡང་དག་ཉིད་ཡིན་དེ་གྲུབ་  
མཐའ། །ཐ་སྤྲད་སྤྲུག་གི་འདི་ཀུན་མི་སྤང་བས། །ཀུན་རྫོབ་འབྱུལ་བའི་ཀུན་རྫོབ་  
རྩད་ནས་འཛིག་ཅེན། །ཁྱོད་ས་སོགས་ཉོན་མོངས་བརྟེན་གྱིས་དང། །རི་ཞིག་  
ཁྱོད་ལ་བརྟེན་ཡང་སྟེན། །རི་ལྟར་འཐོར་བ་འབྱུང་ཅེན། །རབ་རིབ་སྤང་བའི་  
མིག་སྒྲོན་བཞིན། །འབྱུལ་བས་བྱས་ན་དེ་སེལ་བའི། །གཉེན་མཆོག་ད་རུང་  
མི་བསྟེན་ནམ། །འབྱུལ་ཞེས་རྒྱ་དང་འབྲས་བུ་ནི། །གང་ནི་དོན་དམ་རྒྱ་ཡོད་

ན། །དེ་དག་དོན་དམ་ཡེ་ཤེས་ལས། །གཞན་པས་དེ་དག་སངས་རྒྱས་མིན།།  
 ཐམས་ཅད་ཡེ་ཤེས་འབང་ཞིག་ན། །གང་གིས་བཅིང་སྟེ་འཁོར་ཞེན། །ཐམས་  
 ཅད་སྟོང་ཉིད་འབང་ཞིག་ཀྱང་། །གང་གིས་བཅིང་སྟེ་འཁོར་ཞེས་སོམས། །གང་  
 ཆེ་གྲུ་ལ་ཞུགས་པ་ན། །ཅི་ལྟར་བརྟགས་ཀྱང་རི་འགྲུལ་མཐོང་། །དེ་རྒྱ་རང་  
 ལས་བྱུང་བ་སྟེ། །ཡ་ཤེས་སོན་ན་དེ་མི་སྤྲང་། །དེ་བཞིན་ཟབ་མོའི་གནས་ལུགས་  
 ལ། །དེ་ལྟར་བརྟགས་ཀྱང་མི་བསྐྱོད་མོད། །བསྐྱོད་པར་སྤྲང་བ་རང་གི་བློས།།  
 མཁའ་ལ་མདུད་པ་བོར་བ་ཡིན། །

༡ ། སྒྲིམ་བྲལ་ཤིན་ཏུ་རི་མེད་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས། །མི་ཟང་བྱང་ཆུབ་ཡོན་  
 ཏན་མཆོག་གི་གནས། །ཀ་དག་ལྷུན་གྱིས་གྲུབ་པའི་ཡེ་ཤེས་ནི། །མཐར་ཐུག་  
 སྟོང་པོའི་རྒྱལ་བ་ཉིད་དུ་གསུངས། །མཁའ་ལྟར་རྟག་ཁྱབ་དོ་རྗེའི་སྒྲུ་དེ་ནི། །  
 གཙང་བདེ་བདག་གི་དམ་པ་ཡིན་མོད་ཀྱི། །མི་སྟོང་ཡོད་པ་ཁོ་ནའི་ཐུགས་  
 ལྟང་མིན། །སྟོང་ཞིང་དག་པའི་གཞིམ་དུ་མེད་པ་ཡིན། །དེ་ཉིད་རིང་པོའི་དུས་  
 བཅས། །ཡང་ན་ད་ལྟ་ཉིད་ཀྱང་རུང་། །ནམ་ཞིག་མདོན་དུ་བྱས་པ་ན། །དེ་ཆོ་  
 ཡང་དག་ཇོགས་སངས་རྒྱས། །གལ་ཏེ་དུས་ཀྱི་དབང་དུ་ན། །ཆད་མེད་བསོད་  
 བཅས་ཐུང་བོ་དེ། །དུས་གསུམ་སྐད་ཅིག་ཆ་སྟེད་ཀྱི། །བསྐྱལ་པར་བསྐྱེན་ཀྱང་  
 ག་ལ་འགྲུབ། །གངས་མེད་གསུམ་སོགས་གསུངས་པ་ནི། །ལམ་ལ་ལྟོས་ཀྱི་  
 དོན་དུ་མིན། །གལ་ཏེ་ཡུན་རིང་འབད་དགོས་ན། །ཐུགས་ལམ་གྱིས། །ཆོ་གཅིག་  
 གིས་འགྲུབ་རྒྱལ་དེས་ཅི། །དེ་ཡན་འཐས་ཐུབ་གད་པོ། །མཁའ་ཁྱབ་མཁའ་ཡི་རྩོ་

རྗེ་དེ། །གཞི་འབྲས་དབྱེར་མེད་བདེ་གསེགས་སྟིང་། །རང་གི་ངོ་བོ་རྒྱ་རྒྱེན་  
བྲལ། །ལྷན་གྲུབ་འདུས་མ་བྲས་ཉིད་དོ། །བདེ་གསེགས་སྟིང་པོ་རྒྱལ་མིན་  
ཡང་། །ལམ་གྱི་སྟོབས་ལས་དེར་འགྱུར་ན། །བཙུགས་མ་འདུས་བྲས་རྒྱལ་བ་  
དེ། །མི་རྟག་རྒྱུན་ཆད་ཅིས་མ་ཡིན། །དེ་གཞིལ། །རི་ལྷར་བྱ་ལ་གསོགས་པ་ནི། །  
ཟུང་མེད་མཁའ་ལ་བགྱོད་མི་རུས། །དེ་བཞིན་ཐབས་ཤེས་བྲལ་བའི་ལམ། །  
ཡང་དག་མིན་ཞེས་རྒྱལ་བས་གསུངས། །དེ་སྤྲད་མེད་དགག་སྟོང་རྒྱུང་ཅམ། །  
སྟིང་རྗེའི་ལམ་དང་མ་འབྲལ་བར། །དེ་གཉིས་རེ་རེས་བྱང་རྒྱུབ་མཚོག། །ཐོབ་  
བར་རྒྱལ་བས་གསུངས་པ་མེད། །ཤེས་རབ་པ་རོལ་སྟེན་གཉིས་མེད། །ཡེ་  
ཤེས་དེ་ནི་དེ་བཞིན་གསེགས། །དེ་ཐོབ་ལམ་ལ་ཐབས་ཤེས་གཉིས། །མེད་  
ན་མི་མཐོང་རྒྱལ་ཡི་སྟེར། །སྟོང་ཆེན་ལྷ་བདག་བདེ་བའི་ལོ་གྱི་རྒྱལ། །སྟིང་རྗེའི་  
དམ་པ་མཐའ་ཡས་པ་ཡི་ཐབས། །ཐིག་ལེ་སྟོང་དྲུག་འདུས་པའི་ཨེ་གློང་དུ། །  
ལྷགས་པའི་ལམ་གྱིས་ཡེ་ཤེས་མངོན་བྱེད་གསུངས། །དེས་ན་སྟོང་དང་ཡེ་ཤེས་  
གཉིས། །ཟུང་དུ་ལྷགས་པའི་ལམ་ཁྱད་གྱིས། །ཡེ་ཤེས་ལ་སྟོར་རྒྱ་ཉིད་ལས། །  
ཡེ་ཤེས་ཉིད་བསྐྱབས་འབྲས་བྱུང་བཤད། །དེ་ལྷར་ཐབས་ཤེས་འབྲལ་དེའང་། །  
ཐབས་ཤེས་རི་ལྷར་ཉིད་གྱུར་བ། །དེ་དང་དེ་ལྷར་རྒྱལ་བ་ཉིད། །འགྲུབ་པའི་  
ལམ་ལ་ཁྱད་ལྷགས་པས། །ཐབས་ཤེས་རང་བཞིན་རང་གིས་གྱུང་། །འདུ་  
འབྲལ་མེད་པའི་འབྲས་བྲལ། །ལམ་བྱེད་ཨ་ཉི་ལོ་ག་ལས། །ལྷག་པའི་ཐིག་  
པ་མི་རྟོག་དེ། །ཁང་སྟེར་གཉིས་མེད་ཡེ་ཤེས་ནི། །དེ་བཞིན་གསེགས་མཐར་

ཐུག་བསམན། །དེ་ལས་ལྷག་པར་གྱུར་ཡོད་པ། །ཤུའི་རིང་ལུགས་ལ་ནི་  
མེད། །དེ་ལས་དེ་འབྲས་སངས་རྒྱས་པས། །གདོད་ནས་སངས་རྒྱས་མིན་ཞེ་  
ན། །འདི་ནི་སོར་རྟོགས་ཤེས་རབ་ཀྱིས། །ཤན་འབྱེད་ཡིན་གྱིས་ལ་སྒྲོ་མིན། །  
གལ་ཏེ་ཤན་འབྱེད་སྐབས་སུ་ཡང་། །མིང་ཙམ་སྒྲོས་པས་དེར་འགྱུར་ན། །དུ་  
མའི་གཞུང་དུ་དངོས་པོ་རྒྱུས། །སྒྲོས་པས་སྒྲོང་ཉིད་དངོས་འགྱུར་རམ། །རྒྱལ་  
ཉིད་ཡིན་ཡང་ལམ་དེ་དག །མ་ཐོབ་པ་ལ་མི་སྤང་སྟེ། །རི་ལྟར་སྒྲོང་བ་རྟག་  
གནས་ཀྱང་། །ལམ་མ་ཞུགས་ལ་རི་ལྟར་སྤང་། །ཐབས་ཤེས་འདུ་འབྲལ་མེད་  
པ་ཡི། །དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་སྒྲིང་པོ་དེ། །ས་བརྩའི་སེམས་དཔའ་ཆེན་པོས་  
ཀྱང་། །མཆོན་མོའི་གཟུགས་ལྟར་མི་གསལ་ཞེས། །གསུངས་ཕྱིར་རྟོག་གའི་  
ཡལ་མིན་ཡང་། །ཐབས་ཤེས་ཟུང་འཇུག་ལམ་བྱེད་ཀྱིས། །དབྱེར་མེད་སྐས་  
སུ་གྲུབ་པ་ཡི། །ཡེ་ཤེས་བྲ་པ་ལྟ་བུར་སྤང་། །ཡེ་ཤེས་ལམ་བྱེད་མི་རུས་ན། །  
སྒྲོང་ཉིད་གཙོ་བོར་འཕགས་རྒྱུད་ལ། །ཡོད་དེར་འཇུག་པའི་ཐབས་མེད་དམ། །  
སྐགས་ཀྱི་ཉེ་ལམ་དགོས་པ་ཅི། །འོན་ལམ་གྱིས་ཅི་བྱ་ན། །གཤིས་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་  
དེ་མཐོང་ཕྱིར། །རི་ལྟར་གཟུགས་ནི་འགྱུར་མིན་ཡང་། །མིག་སྒྲོན་སེལ་བའི་  
སྐབ་བཞིན་ནོ། །གལ་ཏེ་མིག་སྒྲོན་ལྟ་བུ་འདིར། །འཁོར་བ་ཉིད་དུ་གྲུབ་ཅི་  
ན། །ཐ་སྤྲད་ཤན་འབྱེད་སྐབས་སུ་ནི། །དེ་ལྟར་བྱུང་སྟེ་འཁོར་འདས་ནི། །རིག་  
དང་མ་རིག་བྱུང་ཅེས་གསུངས། །འོན་ཀྱང་དོན་དམ་ལྟ་བུའི་གཞིར། །མིག་  
སྒྲོན་ལྟ་བུའི་མ་རིག་པའང་། །ཡང་དག་མ་གྲུབ་དབྱིངས་ཉིད་དོ། །ཨེ་མ་སྒྲོན་

མཆོག་ཀྱལ་པོ་དེས། །སྒོ་ངན་བསྐྱོག་པའི་ཐེག་རིམ་ནི། །སྐྱེས་ཀྱི་གདང་ལུ་  
ལྟ་ལུང་བསྟན། །མཐར་ཐུན་གཉིས་མེད་ཡེ་ཤེས་ཡིན། །དེ་ལྟར་བསམ་གྱིས་  
མི་བྱུང་ཀྱལ་བའི་དབྱིངས། །གངས་མེད་འགོ་བ་ཀུན་གྱི་རྟེན་གྱུར་བ། །ནམ་  
ཞིག་བདག་གིས་མངོན་དུ་བྱ་སྟམ་དུ། །ལམ་མཆོག་མཐར་ཐུག་གྱུར་ལ་སྟེད་  
བ་འཕེལ། །ཤན་འབྱེད་སོ་སོར་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ལས། །དངོས་ཀྱུན་ཡེ་  
ཤེས་གཅིག་ལུར་ལ་སྒོ་བའི། །ལྟ་དང་ཁས་ལེན་བསྐྱེས་ནས་སྤོངས་རྣམས་  
ལ། །ཤུལ་བཞིན་གོ་བཤེར་བཤད་པའི་དགོ་བཡིས། །ལྟ་མཆོག་ཀྱལ་པོར་  
བསྟན་པའི་སྒོ་གྲོས་ལས། །མི་ཟད་སྟོབས་བ་སེང་གའི་སྒྲ་དབྱངས་ཀྱིས། །ལྟ་  
དམན་རི་དྲུགས་བྱེ་བ་ཟེལ་གཞོན་ཞིང་། །དྲི་མེད་ཡེ་ཤེས་སྟུན་བཟང་འབྱེད་  
གྱུར་ཅིག། །ཅིས་པའང་སྒོ་ངན་ཐམ་ཆེསྟོང་ལ་ཞུགས་ཡིད་ལ་འཕྲིག་གཞུང་པའི་ཆོགས་རེ་ལྷུང་དོ་ཞེས་  
མ་ཉི་མུ་ལ་འམ་མི་ཐམ་སྒོ་གྲོས་དྲི་མེད་དུ་འཕོད་པའི་གྱིན་བས་རང་ལོ་ཉེར་ལྷ་ལྟགས་རྟ་རྩྭ་༡༩ཆོས་༩༩  
ལ་གྱིས་བ་མཛྲ་ལོ། །

༥ རང་བྱུང་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་དོན་ཟབ་མོ་སྣང་བ་བཞགས། བ་མོ་གྲུ་རུ་མཐུ་བྱི་བརྩ་  
 ཉི་ཤུ་ཡ། འཕགས་པ་རྣམས་པོ་བཞོན་པ་ལས་ལྷའི་བྱུང་བ་ཆེ་བའི་གནས་སྐབས་སྣང་བའི་མདོ་ལས་ཤོ་ལོ་  
 ཀ་གཅིག་གིས་གནས་ལུགས་རྣམས་ཆོས་པོའི་རང་བྱུང་གི་ཡེ་ཤེས་བསྟན་པའི་འཛིག་རྟེན་ཁམས་  
 མང་ལ་ལ་དག། བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་འཛིག་འཕྱར་ཡང་། བསམ་མཁའ་འཛིག་  
 བར་མི་འཕྱར་བཞིན། རང་བྱུང་ཡེ་ཤེས་དེ་བཞིན་ནོ། ཁོ་སོའི་སྐྱེ་བོའི་ཤེས་  
 བའང་། རང་བཞིན་གྱིས་ནི་རྣམ་བྱང་ཅན། ཉེ་ཡོ་རྩལ་ལས་རྣོད་བརྩན་རྟོ་རྟེན་གསུམ་རྩ་  
 གནས་པ་འཁོར་འདས་སྣང་སྤྱད་ཆོས་སོ་ཅོག། རྟོ་རྟེན་གསུམ་རྩ་ཡེ་གནས་པ། ཤེས་  
 ཤིང་དེ་བཞིན་གོམས་པ་ནི། ཡེ་རྟོགས་རྟོ་རྟེན་ལྷུང་མཐར་སྐྱ། རྟོགས་པ་ཆེན་  
 བོར་དམ་བཅའ་བ།

༦ མཐུན་པར་སྣང་བའི་ཆོས་སྤྱི་ཡ། རྟོགས་པའི་ལམ་འཇལ་བྱེད་རིགས་  
 བས་གཞལ་བའི་འབྲས། ཐེག་པའི་ལྷ་གྲུབ་རིམ་པར་བཞག། འདིར་ནི་ཡོངས་  
 རྟོགས་ཆེ་བ་མཐར་ཐིན་དོན། རྒྱུ་བྱེད་ཆོས་ཉིད་ཀྱི་རིགས་པོ་པོ་ཉིད་གྱིས་མ་དག་  
 བ། རྟུལ་ཅམ་ཡོད་པར་གྲུབ་ན་ནི། རྟོ་རྟེན་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་མིན། རྟག་  
 ལས་འདས་པའི་ཆོས་དེ་གང་། ཆོས་ཅན་མ་དག་པ་མེད་ན། རྟག་པ་ལོགས་  
 སྤྱི་རྩུ་རྟེན། རྟག་གུན་ལམ་བདེན་མེད་ཅེས་ཀྱོལ་ན་གུན་ཉོན་རྒྱུ་འབྲས་ལམ་བདེན་  
 ཡང་། ཡོད་པས་ཡང་དག་འདི་མཐོང་ན། རྟོ་རྟེན་ཀྱོལ་བར་སྐྱབ་གང་། རྟོ་  
 རྟོན་མཐོང་ལས་ཤིན་ཏུ་རིང་། འོན་སངས་མ་རྒྱས་པ་ཡོད་དེ་རྟག་གུན་ཡོད་པས་སོ་ཞེན་  
 མ་ཁུབ་ཆེ་བདེན་བཞིའི་འཇུག་ལྷོག་དམིགས་པ་ཡི། རྟོན་ལས་དེ་དོན་མཐོང་

ན་ཡང་། ཉེའི་རྒྱུན་ལ་མ་རག་ཅིང་། ཁད་ན་དེ་འདྲའི་ཁོ་ལས་འདའ་བ་མེད། །

༥ རྒྱལ་མཐའ་འོག་མས་མི་གནོད་རྩལ་འོག་མའི་སྒོ་གོས་ན་འཕར་བས། མ་  
ཚོད་སྒྲིམ་པ་འདིས་བཅད་ཅིང་། ཉེ་དེའི་ཡོན་ཏན་ཡོངས་ཚོགས་ན། ཉེར་  
བརྟེན་འདིར་རྒྱོལ་བ་ཞད་གད་གནས། །

༥ རྩོགས་སྒྲིམ་བྱེད་དགལ་པ་གད་དུ་སངས་རྒྱས་མིན་པའི་ཆོས། རྒྱལ་བྱེད་  
སེམས་ཅན་འབྲུལ་པའི་སྒོ། ཁོ་ན་ཉིད་ལས་ཚད་མ་མེད། ཉེ་སེལ་གཉེན་  
པོ་ལས་བདེན་ནི། ཐེག་པའི་རིམ་པ་དགུ་རུ་བཞག རྒྱལ་བྱེད་ཡིན་པར་ཆོས་  
ཉིད་རིགས་པ་ནི། གང་གིས་གཞིམ་དུ་མེད་པ་དང་། འབྲས་དངོས་བྱ་བ་བྱེད་  
རིགས་དང་། རྒྱ་སེམས་ལ་དག་དང་མ་དག་ཅིས་འཛིན་པ། སེམས་གྱི་འབྲས་  
ལུང་རང་རིག་གཞན། ཉེ་གཉིས་མགོ་མཉམ་ལྟོས་བསགཉིས་ཀ་ཡོད་དེ་ཤེ་ན། །  
ཡང་དག་པའི་དབང་ལྟར་ན་བདེན་པ་གཉིས་སུ་མེད། འབྲུལ་དེ་བརྒྱུག་པའི་དོན་  
དམ་ཡིན། །

༥ ཡེ་ཤེས་སྣང་བ་རྒྱན་གྱི་མདོ་ལས་ཤོ་ལོ་ཀ ཏྲག་ཏུ་སྒྲེ་མེད་ཆོས་ནི་དེ་བཞིན་  
གཤེགས། གཏན་ཚིགས་འཁོར་བ་ཚོགས་ཆོས་རྣམས་ཐམས་ཅད་བདེ་བར་གཤེགས་  
དང་འདྲ། ཉེ་སྒྲེ་བ་མེད་པོ། མདོན་སུམ་གྱིས་མི་གནོད་རྩལ་བྱིས་པའི་སྒོ་ཅན་མཚན་མར་  
འཛིན་པ་དག འཛིག་རྟེན་དག་ན་མེད་པའི་ཆོས་ལ་སྦྱོད། །

༥ དཔེས་རྒྱལ་བ། རི་ལྟར་སྒྲུ་མང་ཆོགས་པའི་ཐག་པ་ཞིག རྒྱལ་དང་ཐག་  
པ་དམ་བཅར་གྱུར་དེ་ལ། མཐུན་པར་སྣང་བའི་ཡུལ་དེ་དེ་དང་དེར། འབྲུལ་



པའི་དམ་བཅའ་ཐུན་མོང་རིག་པའི་ཐིག་། མི་ལྟུང་དཔང་པོ། དེ་དེ་གཉིས་ཀ་ཡིན་  
 བར་ཁྱོད་འདོད་དམ། འོན་ཏེ་དངོས་པོའི་རྩལ་མཚུངས་དེར་དམ་བཅའ། །  
 སྤར་ཉར་ན་ཐུན་མོང་གི་རྩོད་པའི་གཞི་དེ་རི་ལྟར་རྟེན། ཡང་ན་ད་རུང་སྤུལ་འཛིན་  
 བདེན་ནམ་ཅི། རི་ལྟར་བྲེ་ཏའི་གོང་ན་མཐུན་སྤང་བའི། རྩལ་ནག་ཏུ་མཐོང་  
 ལ་འགའ་ཞིག་གིས། མི་རྒྱམས་རྩུར་མཐོང་རྩུར་བསྐྱོས་ཐོབ་པ་ཡི། རྟགས་ཀྱིས་  
 རྩུར་ཡང་མི་འགལ་བར་གྲུབ་པས་སྤང་། རྟག་འཛིན་བསྐྱོག་པ་ལྟར། འབྲུལ་བའི་  
 བསྐྱེད་པའི་མ་དག་སྤང་བ་ཡང་། མ་འབྲུལ་སྒོ་ཡི་དབང་བྱས་གྲུབ་མཐའ་  
 འདིར། རྒྱ་གསུང་ཐུགས་ཀྱི་དོན་དམ་བཅས་པ། འབྲུལ་བའི་མཛོན་སུམ་  
 སྒོ་ཡིས་རི་ལྟར་བརྩི། འོན་ཀྱང་སྤང་རྩལ་ཐ་དད་པ། མེད་པར་སྤྲུབ་མ་ཡིན་  
 གྱི། གང་ཞིག་འབྲུལ་བ་སེལ་གྱུར་པའི། འབྲུལ་མེད་དེ་དག་གྲུབ་མཐར་  
 རུངས། འབྲུལ་བཅས་གྲུབ་མཐར་མི་བརྒྱུད་བསྐྱེད་ལུགས་ལ། གལ་ཏེ་སངས་མ་རྒྱས་དང་  
 རྒྱས་ན་ཡང་། ལ་བརྒྱབ་པ་དོ་བོ་ཉིད་ལས་མ་འདས་བས། དོ་བོ་ཉིད་དེ་སངས་  
 རྒྱས་ན། ཉེ་ལས་ལྟག་པར་གྱུར་སུ་ཞིག་ དོ་བོ་ལས་འདས་ཡོད་དམ་ཅི། །  
 ཡེ་ཇོགས་གྲོང་ལས་འདའ་མི་སྟེན། མ་དག་པ་ཡིས་དག་པ་ལ། མ་ཁྱུབ་  
 དག་པས་མ་དག་པ། དོ་བོ་ཉིད་དུ་བྱིན་སྒྲོབ་པས། རྟག་པ་ལས་ལོག་པས་མ་དག་  
 རང་མཚན་གང་དུ་གྲུབ། རྟག་དང་མ་དག་གཉིས་འཛིན་སྒོ། ཁྱོས་ཏེ་ཐ་  
 སྤང་གུན་དུ་བཏགས། ཉེ་ལུལ་རྟོག་བྱེད་བཅས་པ་ནི། རང་བཞིན་དག་པ་  
 ལས་མི་འདལ། གང་དུ་སྤྱོད་པར་སྤྲུབ་པ་དེ། ཁོས་ཉིད་ལས་ནི་འདའ་མི་

མིད། ཀྱང་དུ་མི་སྟོང་ཅི་བསྐྱབས་ཀྱང་། ཆོས་ཅན་ཉིད་ལས་འདའ་མི་མིད། །  
ཆོས་ཅན་ཆོས་ཉིད་ཅེས་པ་ཡང་། །དངོས་དོན་བདེན་པ་དབྱེར་མེད་པར་བྱུང་ཡེ་ཤེས་རིག་  
པས་ཡུལ་ཡིན་དབྱིངས་ཀྱི་འཕྱུལ། །དབྱིངས་དེ་སྤྱི་ཀྱང་མི་དམིགས་པས། །  
ཐམས་ཅད་མདོན་རྫོགས་རྒྱལ་པོ་ཆེ། །མི་དམིགས་ཚུལ་གྱིས་དམིགས་པ་མེད་པར་  
དབྱིངས་དེ་བསྐྱོམ་ན། །དབྱིངས་དེ་དམིགས་བྱ་མིན་པར་དམིགས། །པས་མ་མིན་  
ཡོད་པར་གང་གིས་ཤེས། །དམིགས་ན་དེ་འི་མཚན་མར་འཆིང་། །བྱིས་  
སྟོས་ཡུལ་མིན་པར་གསལ་བ། །དམིགས་ན་འདའ་མིགས་པ་མིན་གྱུར་ཅིང་། །  
མ་དམིགས་དམིགས་པ་ཉིད་གྱུར་བས། །ཀུན་ཤོང་དངོས་པོ་གང་དང་མི་འགལ་  
བ། །པར་བྱུང་ཡེ་ཤེས་གཟུང་གསུང་གི་གནས་མེད་པར་པར་སྤྱང་། །བདེན་པ་དབྱེར་  
མེད་ལས་འདས་པའི་ཆོས་རྒྱལ་བས་ཀྱང་། །མ་གཟིགས་གཟིགས་པར་མི་  
འགྱུར་ན། །ཆོས་ཐམས་ཅད་སྤྱང་འདྲ་སྟོང་འདྲ་མཉམ་ཉིད་གྲོང་། །དག་དང་མ་  
དག་སྤྱང་དོ་ཅོག །ཀུན་རྫོབ་ཉིད་དུ་མཉམ་པས་ན། །ཆོས་ཉིད་ཐོབ་མེད་དུ་  
ནའང་། །དེ་ཡང་དོ་བོ་ལས་གཞན་ནམ། །དེ་ལས་གོ་ལས་མདོར་བསྟན་ནི་ཡོད་པ་  
དགག་གཞིར་བྱས་ནས་སྟ། །མེད་པ་དོན་དམ་ཉིད་སྤྱབ་དང་། །ཆོས་ལས་  
དོན་དམ་གཞན་འདོད་པ། །ངེས་དོན་འདི་ལས་ཤིན་ཏུ་གོ་ལ། །དེ་བཞིན་ཉིད་ནི་  
འདའ་ཤི་ལས་ལེན་བྱལ་ཚུལ་གཅིག་ཏུ་ཞི་བར་ཞེན་པ་ནི། །ཉི་ཆེ་བ་ཡི་ལྟ་བུ་ལ། །ཡོད་  
པས་དེ་སྟོས་ཡོངས་ཆོད་པས། །འདི་ཞེས་ལས་ལེན་མེད་པ་སྟོང་བ་ཡིན། །དངོས་  
ཆོས་གང་ཡང་མ་སྤྱངས་ཀྱང་། །དངོས་པོ་གང་གིས་མི་འཆིངས་པའི། །རྒྱ་ཆད་

རྒྱལ་སྤྱང་བྱལ་བ་ཡིས། རི་ལྟར་བརྗོད་ཀྱང་གཏིང་མི་དཔོག། གཞན་གྱི་  
 དགའ་བ་དངོས་དང་དངོས་མེད་རབ་ཞི་བའི། མཁའ་འདྲ་དེ་ལ་ཐུག་གཏུག་ན། །  
 དེ་འདྲ་མིན་པའི་ཆོས་མེད་ལ། །ལམ་འདས་མེད་དམ་ཐོས་པ་ཁོ་བར་ཅི་ལས་  
 བྱུང་། བཅའ་ཆོས་ཅན་སྤང་བ་ཀྱང་། ཡངས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཡོངས་བྱུང་བ། །  
 དེ་ཡང་ཆོས་མིན་སྐྱེ་འདྲ་ན། །འགྲོ་བའི་སྐྱེ་མ་སྒྲེར་མེད་ཅིང་། གཞན་གྱི་བྱུང་  
 མཐའི་ཐོས་བསམ་བསྐྱེད་ཅི་སྟེ། །འདི་ཤེས་བསམ་མིང་བར་འདི་ཡི་ལམ་སྟེགས་ཉིད་  
 ཏུ་ངེས་པས་ན། །རེ་ཞིག་གཏད་སོར་དམིགས་པ་རྣམས། གཏད་མེད་ཉིད་  
 དང་མ་ཐུང་པས། །རང་རང་གི་བྱུང་མཐའ་བདེན་པའི་སྒྲོ་ཡི་ངལ་གསོ་ཅི་ལྟར་བྱོབ། །  
 ཡེ་ཤེས་དེ་ལ་ཀླན་གཤི་འཇུག་པའི་གཅིག་པེན་སྤང་བ་བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས། །  
 གང་མཐར་ལྟར་བར་བྱུང་བ་མེད། །ཀྱན་ཡིན་གང་ཡང་མིན་པ་ལས། །བཀྲལ་  
 ཏེ་སྤྱོད་པ་མོ་གཤམ་ལ། རི་ལྟར་དགག་དང་སྐྱུང་བ་རྣམས། །མེ་ལ་ཤིང་བཞིན་  
 འདིའི་གྲོགས་སུ། །མི་འགྱུར་ཆོས་ཤིག་ཡོད་མིན་ན། །ཞོལ་པོ་ཆུང་གིས་ཤེས་བྱ་  
 བཀྲལ་ནས་གཞན་རྟེན་དམ། །ཤེས་བྱ་མིན་ན་ནི་འདིར་ཞོལ་བས་སྐྱུང་བའི་དྲགས་བྱུང་ལ། །  
 འོ་ན་ཤེས་བྱ་མེད་ཟེར་ན། །ཆོས་ཉིད་བསམ་མི་བྱུང་བའི་གྲོང་། །ཤེས་རབ་དབང་པོས་  
 མངོན་སུམ་ཆོ། །ཡུལ་དང་ཡུལ་ཅན་ཚུལ་ཡང་མིན། །ཀྱན་བྱུང་མཁའ་ལས་  
 བཀྲལ་བ་ཡི། །ཤེས་བྱ་ཞིག་གོ་མངོན་སུམ་ནི། །དེ་ཡང་ཆུང་ལས་མི་འདའ་  
 བས། །བྱུང་མཐའ་གཞན་དང་རྟོག་པ་གང་གིས་ཀྱང་མི་བསྐྱོད་རྒྱལ་བའི་བྱུགས་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་མི་  
 རྟོན་པས་ རྟོ་རྟེ་གང་། །རང་བྱུང་ཡེ་ཤེས་རྟོགས་པ་ཆེ། །ཨེ་མའོ་འོ་མཆར་ཆོས་

ཀུན་མཁྱེན་མི་ལམ་རྒྱ་མཚོའི་གསུང་འབུམ།

ཀྱི་གཤིས། །འབྲས་བུ་དཔལ་ལྷན་དྲི་མེད་སྒོ་མངའ་ནམ་ཀུན་མཁྱེན་ནས་ཇི་  
སྟེད་བྱིས་པའི་བར་གྱི་ཡང་། །རིག་ཚོགས་ཀྱིས་བྱུང་གིས་བྱའི་གནས་ལ་རང་  
བྱུང་གཤིས་འབར་ཐུག་མེད་སྤངས་རབ་ཞི། །དེ་ནི་རྒྱལ་ཀུན་ཐུགས་ལ་སེམས་  
དཔའི་ཚུལ་གྱུར་རང་བྱུང་ཡེ་ཤེས་དེ་ཁོ་ན། །འཇམ་དཔལ་ལྕོག་པོ་དྲོ་རྩེ་མེ་འདིས་  
ཇི་སྟེད་ལྟ་ངན་མ་རིག་ཚང་ཚོང་ཅིག་ཅར་བསྐྱེད། །མདྲ་ཡི། །

༣༡། མཁའ་འགྲོའི་རྒྱལ་མོ་ཡེ་ཤེས་མཆོ་རྒྱལ་ལ་  
གསོལ་བ་འདེབས་པ་དད་པའི་གདུང་  
དབྱངས་ཞེས་བྱ་བ།

ཨེ་མ་ཉོ། རྒྱལ་བ་ཀུན་ཡུམ་དོ་རྗེ་རྣལ་འབྱོར་མ། སྐྱེད་བྱངས་རྒྱ་མཆོའི་མངའ་  
བདག་དབྱངས་ཅན་མ། སྤྱགས་རྗེས་འགྲོ་ཀུན་སྒྲོལ་མཛད་རྗེ་བཙུན་མ། །  
པོད་ལ་བཀའ་བྲིན་ཆེ་བའི་མཁའ་འགྲོ་མ། ། རིག་འཛིན་བསྐྱེད་སྤྱགས་འཛིན་  
དབྱེས་ཡུམ་མ། པོད་འབངས་ཡོངས་ཀྱི་སྐྱབས་གཅིག་མཅིག་མ། གསང་  
སྤྱགས་ཟབ་མོའི་ཆོས་ཀྱི་འབྱུང་གནས་མ། མཁའ་བཙུན་ལྷ་མོ་མཆོག་གི་བདག་  
ཉིད་མ། ། འཆི་མེད་ཆོ་མཆོག་གྲུབ་པའི་རིག་འཛིན་མ། ལམ་ལུ་ཡོངས་སུ་  
རྒྱུ་གས་པའི་རྣལ་འབྱོར་མ། སྦྱིང་རྗེས་གང་འདུལ་སྐྱར་སྦྱོན་ཐབས་མཁས་  
མ། གཤམ་པན་མཁའ་དང་མཉམ་པའི་བདག་ཉིད་མ། བྱིན་ལས་ལུ་མཐར་  
བྱུང་པའི་རང་བཞིན་མ། པོས་ན་སྤྱགས་རྗེ་ལྷ་མོ་མཆོག་ལྷ་མོ་མཆོག་གི་བདག་  
ཉིད་རྒྱལ་མོ་ཆེ་བའི་མཁའ་འགྲོ་མ། སྤྱགས་རྗེས་མ་ལྷ་མོ་གཟིགས་པའི་བྲིན་  
ཆེན་མ། སྐྱབས་གནས་ཀུན་འདུས་བདག་གི་མགོན་གཅིག་མ། ཡེ་ཤེས་  
མཆོ་རྒྱལ་ཁྱེད་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། མཁའ་འགྲོའི་རྒྱལ་མོ་ཁྱེད་ལ་གསོལ་

བ་འདེབས། །སྤྱལ་བའི་དབང་མོ་བྱེད་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །མཐིང་འོད་  
འབར་མ་བྱེད་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །ཁྱ་རུའི་གཟུངས་གཅིག་བྱེད་ལ་གསོལ་  
བ་འདེབས། །བརྒྱད་འཛིན་ཡུམ་གཅིག་བྱེད་ལ་། ཟབ་གཏེར་མཛོད་འཛིན་  
བྱེད་ལ་། འཁྱེད་ལ་བས་ལྷུང་བྱེད་ལ་། དགོས་འདོད་དཔལ་མོ་བྱེད་  
ལ་། འགོ་བའི་རེསྒོང་བྱེད་ལ་། ཡིད་བཞིན་ལོར་བྱེད་ལ་། རྒྱལ་ས་རྩེ་  
བསྐྱེད་བྱེད་ལ་། གཏན་གྱི་སྤྱབས་སྤྱར་བྱེད་ལ་། འཕྲལ་གྱི་གདུང་སེལ་  
བྱེད་ལ་། འགོ་བའི་འཕྲེན་མཚོག་བྱེད་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །ཁྱོད་ནི་སྤྱུ་མ་  
ཁྱོད་ནི་ཡི་དམ་ལྷ། ཁྱོད་ནི་མཁའ་འགོ་ཁྱོད་ནི་ཆོས་རྒྱུད་སྟེ། །སྤྱལ་བ་བདག་  
གི་སྤྱབས་གཅིག་རྩེ་བཙུན་མ། ཁྱོད་ལ་སྟིང་ནས་གྲུས་པས་གསོལ་བ་འདེབས། །  
གདུང་བས་བུ་རྒྱུང་མ་ལ་འཕོད་པ་བཞིན། །སྟིགས་མའི་རྒྱུད་པ་སྤྲོ་ཆོག་གིས་  
མནར་བའི། །ཁྱ་རུ་ཡབ་ཡུམ་རྩེ་ས་སྤྱུ་འཕྲལ་བ་བདག་ །རེ་ས་སྤྱབས་གནས་  
ཁྱོད་ལས་གཞན་མེད་དོ། །ཁྱོད་ནི་སྟིང་རྩེ་ཆེན་པོའི་མཐར་སོན་ཏེ། །མྱ་  
བྱུང་ཆོག་གིས་གཉིས་ཡོངས་སྤྲོ་ཆོག་གསུམ་གྱིང་། །གཞན་དོན་ཁྱུང་བྱེད་མཁྱེན་  
བཙུ་བྱས་པའི་སྟོབས། །སྤྱལ་བ་ཕུས་རྒྱལ་བ་ཀུན་དང་མཉམ་བཞིན་དུ། །  
བདག་ཅག་པོད་འབངས་གིན་ཏུ་སྤྱལ་དམན་རྣམས། །དུས་གྱི་རྒྱུད་པས་ལྷག་  
པར་གཅོས་པ་ལ། །སྤྱལ་ས་རྩེ་ཆེན་པོས་དབུགས་འཕྱིན་མི་མཛད་ན། །དོ་  
རྩེའི་དམ་བཅའ་བདེན་ཆོག་བསྟེལ་ལམ་ཅི། །དེང་ནས་བྱུང་རྒྱུད་པོར་  
མཆིས་གྱི་བར། །ལུས་སྒོག་ཡོངས་རྒྱུད་ཁྱོད་ལ་ཆོག་ས་སྤྱུ་འབུམ། །སྟོ་སྟིང་

མཁའ་འགྲོའི་རྒྱལ་མོ་ཡེ་ཤེས་མཆོ་རྒྱལ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་པ། ཨོ།

བྲང་གསུམ་ཨ་མ་ཁྱེད་ལ་གཏད། སྟིང་ནས་གདུང་བའི་ཡུས་སོ་རྩེ་བཙུན་མ།<sup>༡༩</sup>  
དད་པ་ཅན་ལ་ཐུགས་རྩིས་མི་བསྐྱུ་བའི། མཁྱེན་བཙེ་ནུས་མངའ་ཁྱོད་གྱི་  
བདེན་ཆོག་བཞིན། ཡང་ཡང་བསྐྱལ་གྱང་འབྲས་མེད་ཡིད་ཆད་པ། སྐྱལ་  
དམན་བདག་ལ་ལྷག་པར་ཐུགས་བཙེར་མཛོད།<sup>༢༠</sup> བདག་ནི་ལས་ངན་ཉོན་  
མོངས་ཅ་རྒྱབས་འབྲུགས། ཁད་གདོན་བར་ཆད་འཆོ་བའི་སྐབས་སུ་འབྱུང།  
སྐབས་མཆོག་ཁྱེད་ལ་ཕྱེ་གཅིག་སེམས་བྱས་གྱང་། ཐུགས་རྩིས་དབྱགས་དབྱུང་  
ཅུང་ཟད་མེད་དམ་སྟུམ།<sup>༢༡</sup> དབང་ལྡན་ཐུགས་རྩིས་བདག་ཉིད་ཁྱེད་ནུས་ས་  
ལ། ཁྱེད་བྱུང་ཐུགས་རྩིས་ཆེན་པོའི་སྟོབས་མངའ་ཡང་། གྲེ་མ་ང་དང་ང་འདྲའི་  
ལས་ངན་ནུས། ཐུགས་རྩིས་ཡལ་བར་འདོར་བ་ཅན་གྱིད་དམ།<sup>༢༢</sup> རྩོན་  
ཆོ་གངས་ཅན་ཐུན་པའི་སྐྱག་རུམ་འདིར། གྲུ་རུ་ཡབ་ཡུམ་ཁྱེད་སྐུ་དངོས་སུ་  
བཞུགས། སྐྱལ་བཟང་གཏུལ་བྱའི་ཆོགས་གྱིས་ཡོངས་སུ་བསྐྱོར། གསང་  
སྐྱགས་ཟབ་མོའི་ཉམས་རྟོགས་ཉི་ལྟར་གསལ།<sup>༢༣</sup> དེ་ནི་དེ་ཀྱན་ལོ་རྒྱས་ཅམ་  
དུ་སོང་། རྩེ་བཙུན་ཡབ་ཡུམ་རྩིས་སུ་ཆེར་མོས་ཏེ། ཕྱེ་གཅིག་བྱས་པ་གཙོ་  
བར་འདོད་ན་ཡང་། སྟིགས་མའི་རང་མདངས་མི་དང་མི་མེན་ཆོགས།<sup>༢༤</sup> བཀའ་  
དྲིན་ཁྱེད་དུ་གསོད་པས་ས་འདི་ཡང་། ཁག་ཕྱོགས་སྟོབས་ཆེན་མཆོན་དབྱལ་  
མོངས་མང་། བོད་འབངས་སེམས་ཅན་གྲེ་མ་སྟིང་རེ་རྩེ། ཁྱེད་རྩིས་འདུག་  
བརྒྱུས་གྱི་ཚུལ་འདི་གཟིགས།<sup>༢༥</sup> རྩེ་བཙུན་ཡབ་ཡུམ་བསྐྱེད་ན་བཞུགས། །  
ཡུལ་གྱིས་བསྐྱལ་བས་ལས་ངན་འདི་ན་ལ་བོད། གཏུང་ཐུགས་དྲག་པོས་གསོལ་

བ་བད་བ་ན་ཡང་། །ཡེ་ཤེས་གཟིགས་པས་བསྐྱབ་མེད་མོད་གྱི།<sup>༡༠</sup> །ལས་ངན་  
 རང་གི་ཉེས་པས་རང་བསྐྱབས་ནས། །སྒོམ་པ་སྒྲིག་རྒྱའི་རྗེས་སུ་བསྐྱགས་པ་  
 བཞིན། །ཡིད་ལ་དབྱུགས་དབྱུང་ཅུང་ཟད་མ་ཐོབ་ན། །ཐུགས་རྗེས་གཟིགས་  
 པ་འཇུག་ཅེས་ངེ་ལྟར་འཆོལ།<sup>༡༡</sup> །འདི་ན་གདུང་པའི་ཆོག་ནི་གང་ཤར་དུ། །བྱིས་  
 པའི་དུ་རྒྱབས་བཞིན་དུ་སྒྲུབ་པ་ལ། །རྗེ་བཙུན་ཡབ་ཡུམ་ཐུགས་རྗེས་ཆེར་  
 དགོངས་ཏེ། །ད་ལྟ་ཉིད་དུ་རེ་བ་བསྐྱང་དུ་གསོལ།<sup>༡༢</sup> །རྗེ་བཙུན་ཡབ་ཡུམ་ཁྱེད་  
 ལ་མོས་པ་ལ། །སྐལ་བ་དམན་པའི་གང་ཟག་མ་མཆིས་ཤིང་། །བྱིན་གྱིས་  
 བརྒྱབས་ཤིང་རྗེས་སུ་བཟུང་ཞེས་པའི། །ཞལ་བཞེས་གང་ལགས་དུས་འདིར་  
 མངོན་པར་མཛོད།<sup>༡༣</sup> །བསྐྱེད་རྫོགས་པ་སྟེན་སྒྲུབ་ཐོན་ལས་རིམ་པ་ཡི། །གྲུ་  
 རུའི་གསུང་བཞིན་རྗེས་སུ་སྒྲུབ་པ་དང་། །ཅི་གཅིག་བཀའ་འདྲིན་དུན་པའི་བོད་  
 འབངས་རྣམས། །ཆོ་རིང་ནད་མེད་ཅི་བསམ་ཡིད་བཞིན་དུ།<sup>༡༤</sup> །འགྲུབ་པའི་  
 བདེན་ཆོག་བསྐྱབ་མེད་མོད་གྱི། །དེང་སང་གྲུ་རུ་ཡབ་ཡུམ་བཀའ་འདྲིན་ལ། །  
 གུས་པ་ཉིར་འཛོག་བོད་འབངས་ཕལ་ཆེ་བ། །ལྟག་པར་སྐལ་བ་རྒྱུད་སྟམ་གདུང་  
 རྒྱགས་འཕེལ།<sup>༡༥</sup> །འདི་ན་སྟིགས་མའི་ཉེས་པ་ཆེར་བདོ་བས། །གངས་ཅན་  
 མགོན་པོ་ཡབ་ཡུམ་མི་དུན་པར། །བྱས་པ་ལོག་པར་གཞོ་བའི་སྐྱེ་བོ་མང་། །  
 བསྟན་ཞབས་སྒྲུ་སྒྲོས་སྤྱད་དུ་ཉེ་བ་ན།<sup>༡༦</sup> །དུས་གྱིས་མནར་བས་སྐྱེ་བོ་བདག་  
 འདྲ་བ། །ཁུང་ཤས་ཙམ་ཞིག་ཁྱེད་ལ་དད་མོས་གྱང་། །རང་གཞན་སྐྱུག་བསྐྱལ་  
 ཉོན་མོངས་རྒྱབས་གྱིས་དཀྲུགས། །ཅི་བྱ་མེད་པར་རྒྱུད་པའི་སྐལ་བ་མེད།<sup>༡༧</sup> །



མཁའ་འགྲོའི་རྒྱལ་མོ་ཡེ་ཤེས་མཆོ་རྒྱལ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་པ། ཨོ།

དེ་ཆོད་པ་ལ་རི་བོ་དེ་འོད་གླིང་ན། །སངས་རྒྱས་ཀྱི་འདུས་མཆོངས་མེད་སྤྱལ་  
པའི་སྤྱ། །བདག་ཅག་པོད་འབངས་བསམ་ཡོད་ཀྱི་སྤྱབས། །རྩེ་བཙུན་  
ཡབ་ཡུམ་བཞུགས་སྐྱམ་རྩེས་དྲན་ནས།<sup>༡༡</sup> །མལ་གྱི་ནང་དུ་ཚུགས་པའི་ཐབས་  
མེད་ཅིང་། །དཔུགས་ཀྱང་ཁར་འཆང་མཆི་མའི་ཆར་རྒྱན་འབབ། །ཉིན་མཚན་  
ཁོར་ཡུག་ཁྱེད་ལ་གསོལ་བ་དྲབ་ཀྱང་། །ཐུགས་རྩེས་དཔུགས་དཔྱད་ཅུང་ཟད་  
མི་ཚུལ་ན།<sup>༡༢</sup> །གངས་མེད་བསྐྱལ་པའི་ཐོན་ནས་གཞན་དོན་དུ། །རྒྱབས་ཆེན་  
ཆོག་སྐྱོ་གཉིས་རྩེ་གསལ་པའི་ཡེ་ཤེས་སྤྱ། །མཐུན་པས་རྒྱས་པ་མཆོངས་མེད་བརྟེས་  
བཞིན་དུ། །ང་དང་ང་འདྲ་སྤྱུག་བསྐྱལ་གདུང་ཤུགས་ཅན།<sup>༡༣</sup> །སྤྱིང་རྩེའི་ཡུལ་  
དུ་གྱུར་བ་མིན་ནམ་ཅི། །ཁྱེད་ལ་མ་མཁུན་བ་ནི་ཡོངས་མི་སྤིད། །གསོལ་བ་  
བདེ་བ་ཆེ་གདུལ་བུའི་ཡུལ་རྒྱེན་གྱིས། །ཐིན་ལས་མི་འཇུག་བ་ནི་མི་སྤིད་ན།<sup>༡༤</sup> །  
ཅི་ལགས་བདག་གི་རེ་བ་འབྲས་མེད་སོང་། །ཡང་ནས་ཡང་དུ་གསོལ་ཡང་  
ཐུགས་རྩེའི་ཤུགས། །མེད་ན་སྐྱལ་དམན་བདག་ཅག་སྤུལ་རེ། །སྤྱབས་བྲལ་  
ཡིད་ཆད་རྣམས་ཀྱི་མགོན་སྤྱུ་ཞིག་<sup>༡༥</sup> །འོན་ཏེ་བྱུར་ངན་རང་ཉེས་ལན་མོད་གྱི།  
ང་དང་ང་འདྲ་ལས་ངན་གཞན་མཆིས་ན། །དེ་ཀྱི་ཁྱེད་ལ་སྤྱབས་སྤུ་སོང་པའི་  
ཆོ། །འདི་བཞིན་ཡི་ཆད་གྱུར་ན་གྱི་མ་སྐྱམ།<sup>༡༦</sup> །ཁུ་རུ་ཁྱེད་རྩེས་འཇུག་དང་  
ཁྱེད་གསུང་ལ། །མོས་རྣམས་སྐྱལ་བ་གཞན་ལས་བཟང་གྱུར་ན། །དམན་པ་  
བདག་གཅིག་རྒྱུད་ཀྱང་བཟོད་ལགས་ཏེ། །ཐུགས་རྩེའི་མདོན་རྟགས་མཐོང་  
ན་སྤྱི་སྤྱོ།<sup>༡༧</sup> །རྒྱལ་བ་ཀྱི་ཀྱི་ཐུགས་རྩེ་གཅིག་བསྐྱུས་པ། །ཁྱེད་ཉིད་རྒྱལ་

བ་ཀུན་ལས་བྱིན་མུར་ཁིང་། །མགོན་པོ་བྱོད་ཀྱིས་ལྷག་པར་སྟིགས་དུས་སུ། །  
 བོད་འབངས་དད་པ་ཅན་རྣམས་སྟོབ་ཅིས་གསུངས། ༥༥ །དོ་རྩེའི་བདེན་ཆོག་  
 འདི་ཡི་འབྲས་བུ་ནི། །རྩེས་འཇུག་གསོལ་བ་འདེབས་ལ་འབྱུང་རིགས་པས། །  
 དེར་ནས་བྱོད་ཀྱི་རྩེས་འཇུག་རྩེས་འབྲངས་རྣམས། །གཞན་ལས་མངོན་མཐོའི་  
 སྐལ་བར་སྟོར་མཛོད་ཅིག་༥༦ །ཁྲིད་པ་ལས་ཀྱི་གྲོང་བྱིར་འཕུལ་མོ་ཆེ། །རང་  
 སྣང་མི་ལམ་བཞིན་དུ་སྟོང་བ་ལ། །རེ་ཞིག་ཐུགས་རྩེའི་ཐུགས་ཆེན་མ་མངོན་  
 ཡང་། །ནམ་ཞིག་བསྐྱེད་བྱིན་རྒྱབས་ཅིས་མི་མངོན། ༥༧ །དེས་ན་བདག་ནི་  
 སྟིད་དམ་སྟག་གུང་རུང་། །མཐོ་འམ་དམའ་འམ་སྟིད་ཅེ་མནར་མེད་བར། །ཆོ་  
 རབས་འཁོར་བ་གང་དང་གང་སྟེས་གུང་། །རྩེ་བཙུན་ཡབ་ཡུམ་ཐུགས་རྩེས་  
 རྩེས་འཛིན་ཤོག་༥༨ །སྟི་དང་སྟེ་བ་ཀུན་ཏུ་བད་འབྱུང་དང་། །མཚོ་རྒྱལ་ཡབ་  
 ཡུམ་སྟིང་གི་ལྷ་ར་བཏེན་ནས། །ནམ་རྟོག་སྤྱོད་ཆོག་ས་ཐེ་ཆོམ་ལོག་པའི་སེམས། །  
 སྐད་ཅིག་ཅམ་ཡང་སྟེ་བར་མ་གུར་ཅིག་༥༩ །མཚོག་ཏུ་རང་རྒྱུད་རྣམ་པར་དག་  
 པ་ཡིས། །སྤྲོ་མ་ཡབ་ཡུམ་བཀའ་བཞིན་རྩེས་སུ་སྟུབ། །དད་དང་དག་སྣང་  
 བམ་མཁའ་མཉམ་པར་འཁེལ། །སྤྲོ་མའི་ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཚོ་མཐོང་བར་ཤོག་༦༠ །  
 སྤྲོ་མའི་བཀའ་དང་ཆོས་སྤྱིར་དཀའ་སྟུད་ལ། །མནར་མེད་མེད་ཐུང་དུག་པོར་  
 འཇུག་པ་ལའང་། །པདྨའི་མཚོ་རུང་བ་རྒྱ་བ་བཞིན། །ཁྱམ་མེད་དགའ་བའི་  
 སྟིང་སྟོབས་རྟེན་པར་ཤོག་༦༡ །རང་དོན་ཆགས་པའི་དྲི་མ་རྒྱུད་ཐུངས་ཏེ། །ཆོས་  
 དང་གཞན་པོར་སྤྱིར་ནི་རང་གི་སྟོག་ །སྤྲོ་བ་ཞིང་གི་རྩལ་སྟེད་གཏོང་བ་ལ། །

མཁའ་འགྲོའི་རྒྱལ་མོ་ཡེ་ཤེས་མཆོ་རྒྱལ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་པ། ཨོ།

དཀའ་བའི་འདུ་ཤེས་རྩུང་ཟེད་པར་ཤོག། ལྷ་ད་མིད་རྣམ་པར་དག་པའི་  
སྒྲིད་ལུལ་ལ། ཤེས་རབ་ཟབ་མོས་ཅི་བདེར་རོལ་གྱུར་ནས། སྒྲིགས་མའི་  
རྒྱད་པ་ཀུན་ཀྱང་གྲོགས་སུ་ཤར། ས་དང་ལམ་གྱི་ཡོན་ཏན་འཕེལ་བར་ཤོག།  
སྒོན་གྱི་ཆེ་རབས་རྣམས་སུ་བླ་མ་དང་། གསང་སྤྲུགས་ཟབ་མོའི་སྒྲིད་ལ་མ་  
གུས་སོགས། འདི་ཕྱི་འཁྱིལ་པར་གྱུར་པ་གང་ལགས་པ། ཇེ་རིང་ཉིད་ནས་  
ལྷག་མེད་བྱང་གྱུར་ཅིག། སྒྲུབ་ཆད་བྱང་ཆུབ་སྒྲིང་བའི་མཐར་ཐུག་བར།  
བླ་མའི་བཀའ་དང་རྩོམ་ཐེག་པ་ལས། རི་རྒྱུད་གསུངས་པའི་དོན་རྣམས་མ་  
ལུས་པ། མཆོག་ཏུ་སྒྲོ་བའི་ཉམས་སུ་ལེན་གྱུར་ཅིག། ཇེ་ཆེ་ཕྱི་དང་ནང་གི་  
རྒྱུན་གྱི་ཆོགས། བོགས་སུ་གྱུར་པ་གང་དང་ཅི་མཆིས་ཀྱང་། མེ་ལ་ཤིང་  
བཞིན་ལམ་གྱི་གྲོགས་སུ་ཤར། ཅིས་ཀྱང་གཡོ་མེད་དོན་གཉིས་གྲུབ་གྱུར་  
ཅིག། རང་དང་གཞན་དོན་བསྟན་དང་འགྲོ་བའི་དོན། ཡིད་ལ་རི་ལྟར་ཡོད་  
ཀྱན་ཡིད་བཞིན་འབྱུང་། ཆོ་དང་བསོད་ནམས་དོན་གཉིས་བསྐྱེད་ཤིས་དཔལ།  
གོང་ནས་གོང་འཕེལ་མཐར་ཐྱིན་ལྷན་གྲུབ་ཤོག། བསམ་བ་རྣམ་པར་དག་  
པའི་ས་བོན་ལ། ལེགས་སྒྲོན་དྲོད་བཅས་ཅུ་གསུམ་རྒྱལ་བའི་མཐུད། ཆར་  
བཟང་གིས་བསྐྱོན་ཕན་བདེའི་འབྲས་བུ་འབྱུང་། གཤམ་དུ་ཟ་བའི་དཔག་བསམ་  
སྒྲོན་ཤིང་ཆེ། སྒྲིགས་མའི་དུས་འདིར་བསེལ་ལྷན་འཛིན་མའི་གཞིར། རབ་  
ཁབ་ཏྲག་ཏུ་གཡོ་མེད་ཅུ་བ་བརྟན། སྒྲི་རྒྱའི་གསོས་སུ་རྒྱ་ཆེར་འཕེལ་གྱུར་  
ནས། འབྲུའི་བསྟན་ལ་མཆོག་ཏུ་ཕན་པར་ཤོག། ས་དང་ལམ་གྱི་ཡོན་ཏན་

འགག་མེད་འཕེལ། །བསྟན་དང་འགོ་བའི་དོན་ཆེན་ལྷན་གྱིས་གྲུབ། །རང་  
དང་འབྲེལ་ཐོགས་རྣམས་དང་ལྟོས་བཅས་ཀྱང་། །བསྐྱེད་ཀྱི་ཁིང་དུ་སྦྱོར་བར་  
ཤོག། །ཁྱུ་རུ་ཡབ་ཡུམ་རིགས་གསུམ་སེམས་དཔའ་ཡི། །རྣམ་ཐར་རྒྱ་མཚོའི་  
རྩིས་སུ་བདག་ཁྱེད་ཀྱི་ཉེ། །མཁའ་ཁྱབ་འགོ་བའི་སྦྱོད་ཡུལ་དང་མཉམ་པའི། །  
ཀུན་རྒྱུ་བཟང་པོའི་སྦྱོད་ལ་འཇུག་པར་ཤོག། །བདག་ཉིད་གང་དུ་གནས་པའི་  
ས་ཕྱོགས་སུ། །མི་ཤིས་རྒྱུད་པ་མིང་ཡང་མི་གྲགས་པར། །བདེ་སྦྱིད་བཀྲ་ཤིས་  
དགེ་མཚན་ལྟ་དང་དཔལ། །ཉིན་མོར་བྱེད་པ་བཞིན་དུ་གསལ་གྱུར་ཅིག། །  
ཅེས་པའང་ས་ཁྱི་རྩེ་བཞི་བའི་ཆོས་ཉེར་གཅིག་ལ་ཁམས་འདུས་ཀྱི་སྣང་བ་དང་ལྷན་ཅིག །དད་པའི་གདུང་  
ཤུགས་ཀྱིས་སྤེལ་སྦྱོར་ལ་ཅི་ཡང་མ་དབྱེད་པར་གདུང་དབྱངས་རྒྱས་པ་སྒྲུང་དགེ་ལེགས་མི་ཟད་པའི་རྒྱུར་གྱུར་  
ཅིག །མཛྲ་ལྟོ།།

༄༅། །འཇམ་མགོན་ལྷ་མའི་རྣམ་ཐར་གསལ་  
འདེབས་བཞགས་སོ། །

ན་མོ་གུ་རུ་མ་རྩུ་བྱི་ཡེ། རྒྱལ་བ་ཀུན་གྱི་མཐུན་རབ་གཅིག་བསྐྱུས་པ། །འཇམ་  
མགོན་གཞོན་ནུའི་ཡེ་ཤེས་རྒྱ་འཕྱུལ་གར། །རུར་སྒྲིག་འཛིན་པའི་གཞུགས་  
སུ་རྣམ་རོལ་བ། །དཔལ་ལྷན་ལྷ་མའི་ཞབས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །དང་  
པོར་མཐའ་ཡས་ཐོས་པའི་གཞུང་ལུགས་རྒྱུང་། །བར་དུ་དེ་དོན་མ་ལུས་རྒྱུང་  
དང་བཞེས། །ཐ་མར་གནས་ལུགས་དགོངས་པ་མངོན་དུ་རྒྱུར། །དཔལ་ལྷན་  
ལྷ་མའི་ཞབས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །ཐུབ་པའི་བསྟན་པ་སྦྱི་དང་བསྟན་པ་  
ཡི། །སྦྱིང་པོར་རྒྱུར་བ་འོད་གསལ་སྦྱིང་པོའི་ལམ། །ཉིན་དང་མཚན་དུ་བྱ་  
ཡིས་མ་བཞིན་དུན། །དཔལ་ལྷན་ལྷ་མའི་ཞབས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །རྣམ་  
འདྲེན་རྒྱལ་བ་སྐྱུང་དང་བཅས་པ་དང་། །བྱུང་པར་དུ་ཡང་མཉམ་མེད་ཤུགས་  
རྒྱལ། །མཚན་ཅམ་དུན་པས་མོས་གུས་འཆི་མ་འབྱུགས། །དཔལ་ལྷན་ལྷ་  
མའི་ཞབས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །ཁྱེད་མེད་སྟོན་པ་དེ་དང་དེ་ཡི་སྐྱུང་། །མཁས་  
མཆོག་རྣམས་ཀྱི་རང་ལུགས་དྲི་མེད་དང་། །མཁས་སྟོབ་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་རྗེས་  
སུ་དུན། །དཔལ་ལྷན་ལྷ་མའི་ཞབས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །དེ་ཆོན་ཆོད་  
སྤྱ་ཡང་ཐབས་གང་གིས། །འདྲེན་མཆོག་དེ་དག་རྣམས་ཀྱི་དྲིན་གཙོ་དུ། །རྒྱལ་

བསྟན་ཅིན་ཆེན་སྒྲེལ་བར་ཡི་དམ་བཅས། །དཔལ་ལྡན་མྱོན་ལས་སྤངས་  
བའི་ལས་འཕྲོ་བཟང་པོ་ཡིས། །ཟབ་དང་རྒྱ་ཆེའི་མདོ་དང་བསྟན་བཅས་དོན། །  
བསྟན་བཅས་གྲིས་བདེ་སྒྲག་ཁོང་དུ་ཆུད། །དཔལ་ལྡན་ཁྱད་པར་སྤྲས་བཅས་  
རྒྱལ་བའི་ཡེ་ཤེས་སྒྲ། །སྒྲུབས་མཚོག་འཇམ་དཔལ་དམར་པོ་ངེས་ཤེས་ནས། །  
མི་འབྲལ་སྙིང་གི་ཐིག་ལེར་རྟག་དུ་བསྒྲེལ། །དཔལ་ལྡན་སྤྱོད་མའི་དེ་ཆོ་ཟབ་  
མོ་རྟོགས་པར་དགའ་བཡི། །ཕྱི་ནང་རིག་གནས་ཀུན་གྱི་གནད་གསང་ལ། །  
སྤྱོད་པ་དེ་ལྟ་དེ་ལྟར་ཟབ་པར་བྱུང། །དཔལ་ལྡན་མྱོན་པའི་དམ་ཚོས་སྤྱི་  
དང་ཁྱད་པར་དུ། །ཟབ་མོ་རྟོན་ཅིང་འབྲེལ་བའི་ཚོས་ཚུལ་ལ། །ཡིད་ཆེས་  
ངེས་པ་སྙིང་གི་གཏིང་ནས་འབྱུངས། །དཔལ་ལྡན་ཆེད་དུ་བཅས་པ་མིན་  
ཡང་སྒྲག་བསྒྲལ་གྱི། །རྒྱ་མཚོར་གཡེང་བ་སྤྱིད་པའི་འགྲོ་བ་ཀུན། །ནམ་ཡང་  
མི་གཏོང་སྒྲམ་པའི་སྙིང་རྗེ་རྒྱས། །དཔལ་ལྡན་རང་གི་སྤོ་དང་ལྷག་པའི་ལྷ་  
ཡི་མཐུས། །ན་ཚོད་ཕྱ་ཡང་གནས་ལྷ་རིག་པའི་གཞུང་། །བསྒྲིམ་མི་དགོས་  
པར་ཅེད་མོའི་ཁར་ལས་ཤེས། །དཔལ་ལྡན་འཕགས་བོད་མིང་ཚིག་ཡི་གེའི་  
བརྒྱུད་སྤྱོད་གཞུང་། །ལུས་པ་མེད་པར་སྤོ་ཡི་རྒྱ་མཚོར་ཆུད། །དབྱུངས་གསལ་  
དག་གི་རྟོན་འབྲེལ་གནད་ཀྱང་རྟོགས། །དཔལ་ལྡན་ཡན་ལག་བརྒྱད་ལྡན་  
གསོ་བ་རིག་པཡི། །གཞུང་དང་ལག་ལེན་མཐའ་དག་མ་ལོར་རྟོགས། །འཚོ་  
བྱེད་གཞོན་ལུ་གཉིས་པར་ཡོངས་སུ་གསལ། །དཔལ་ལྡན་སྤྱོད་ཚོགས་བཟོ་  
གནས་ཤེས་བྱའི་རྒྱ་མཚོ་ལ། །སྤོ་མཚོག་ངང་མོ་གཞོན་ལུ་དཔལ་གྱིས་རོལ། །

ལེགས་བཤད་སྒྲ་དབྱངས་སྟོང་གི་ཉམས་ཀྱིས་མཛོམས། །དཔལ་ལྡན་ཅུང་  
 བར་ཚུར་མཐོང་ཆོད་མའི་རིག་པ་ལ། །འགྲན་རྒྱ་མེད་པའི་སློ་གྲོས་སློ་ཆེན་བྱས། །  
 ཆོས་ཀྱི་གྲགས་པའི་མཐུན་རབ་སྟིང་ལ་ཤར། །དཔལ་ལྡན་སློ་ལྡན་མཁུ་  
 བར་བྱེད་པའི་སྟན་པག་གི་ །ལེགས་བཤད་བདུད་རྩིའི་བརྒྱུ་ཁ་ནས་གཡོ། །  
 དབྱངས་ཅན་མགིན་པར་ཆགས་པའི་རྣམ་དབྱེད་ཅན། །དཔལ་ལྡན་སྐར་  
 ཉག་རྩིས་རིགས་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོའི་འཛིང་། །ཆུ་ཚམ་ལུས་པ་མེད་པར་སློ་ཡིས་  
 མཐོང་། །ཟབ་མོའི་མན་པག་གནད་ལ་རང་བྱུང་ཚུད། །དཔལ་ལྡན་ཐེག་  
 མཆོག་སློས་བྲལ་ལྟ་བུའི་གནད་སྟོན་པ། །རྒྱས་འབྲིང་བསྟུས་པ་ལ་སོགས་  
 མདོ་ཡི་དོན། །འཆང་ལ་མི་ལུས་ཟབ་མོའི་སློ་གྲོས་རྒྱས། །དཔལ་ལྡན་ཀླ་  
 རྒྱུ་བ་རིག་པའི་ཆོག་སྐད་དང་སྒྲ་བའི་གཞུང་། །སློས་པ་རྣམ་པར་གཅོད་པའི་བསྟན་  
 བཅོས་ལ། །དབྱིས་བྱིན་རྟོགས་པའི་སློ་གྲོས་ལྷག་པར་རྒྱས། །དཔལ་ལྡན་  
 རྒྱ་ཆེའི་ཆོས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་ལེགས་སྟོན་པའི། །མཛོན་པའི་མདོ་དང་དགོངས་  
 འགེལ་བསྟན་བཅོས་ཀྱི། །སྤྱིང་སྤྱུ་བའི་གནད་ཀྱང་མཐོར་རྟོགས། །དཔལ་  
 ལྡན་ཤར་བྱིན་སྤྲས་དོན་མཛོན་པར་རྟོགས་པའི་གཞུང་། །སྤྱི་དང་བྱེ་བྲག་  
 རྟོགས་དཀའི་གནས་རྣམས་ལ། །འཁྱུལ་བྲལ་མཐུན་པའི་སློ་གྲོས་བྱེད་དུ་  
 འཕགས། །དཔལ་ལྡན་བྱམས་ཆོས་སྤྱི་མ་རྣམས་དང་ཐོགས་མེད་མཆེད། །  
 ལྷན་དེ་སྤྱི་ལ་སོགས་འཕགས་ལུལ་གྱི། །མཁས་པའི་གཞུང་ལུགས་ཀུན་ལ་  
 སློ་གྲོས་རྒྱས། །དཔལ་ལྡན་བསྟན་ཅུང་ལྟུང་བའི་སྤྲོད་ཅིན་པོ་ཆེ། །དགོངས་

འགྲེལ་བཅས་པའི་གཞུང་ལུགས་མཐའ་དག་ལ། །མ་དཔྱད་སློབ་གྲོས་གཙང་  
མའི་སློབས་པ་རྒྱས། །དཔལ་ལྷན་༥ །མཚུངས་མེད་རྒྱལ་བའི་གསུང་རབ་  
མཐའ་དག་དང་། །རྒྱ་བོད་མཁས་པའི་ལེགས་བཤད་གང་མཐོང་ལ། །རིང་  
དུ་འདྲིས་པར་བྱས་ཤིང་གནད་ཀྱང་རིག །དཔལ་ལྷན་༥ །ཕྱི་ནང་རིག་གནས་  
ཀུན་གྱི་ཟབ་མའི་གནད། །བལྟས་པ་ཙམ་གྱིས་བདེ་ལེགས་ཉིད་དུ་རྟོགས། །  
མཁྱེན་རབ་ཐེ་ཚོམ་སྒྲུབས་ལས་རྣམ་པར་གྲོལ། །དཔལ་ལྷན་༥ །རི་ལྷ་རི་ལྷར་  
ཟབ་མའི་གནད་ཡོད་པ། །དེ་ལྷ་དེ་ལྷར་སློབ་གྲོས་སློབས་པ་ཡིས། །དེས་ཤེས་  
ཤིན་ཏུ་འདྲིན་པ་ཉིད་ཀྱུར་པ། །དཔལ་ལྷན་སྟེ་མའི་༥ །དཔལ་ལྷན་རྒྱལ་བའི་  
བསྟན་པ་མཐའ་དག་ཀུན། །ཡན་ཚུན་འགལ་མེད་གྲོགས་སུ་ཤེས་པ་ཡི། །སློ་  
གྲོས་དེ་མེད་ཡིད་གཉིས་སྒྲག་དང་བྲལ། །དཔལ་ལྷན་སྟེ་མའི་ཁབས་ལགསོལ་  
བ་འདེབས། །

༥ །དམ་པའི་གཞུང་ལུགས་དེ་དང་འགྲོགས་པ་ཡིས། །སྒྲིང་བས་ཐུན་བཞིན་  
ཆེད་དུ་མ་བསྒྲིམ་པར། །ཀུན་ཉོན་ལ་ཁོར་བའི་བག་ཆགས་ངང་གིས་འགག།  
དཔལ་ལྷན་༥ །མེ་རྟག་ཆལ་ལ་བུང་བ་རི་བཞིན་དུ། །མི་ལྷག་ཡིད་ཀྱིས་བསོད་  
ནམས་གནས་ལ་དད། །རྟག་ཏུ་མཆོད་དང་སྦྱིན་པའི་ལས་ལ་བརྩོན། །དཔལ་  
ལྷན་༥ །གཙང་ཤིང་གྲ་ལོམ་མཐོང་དགའི་མཆོད་ཆོགས་རྣམས། །མཉམ་པར་  
བཞག་པའི་ཡིད་ཀྱིས་རོལ་མོ་སྟེལ། །འཇམ་པའི་རྩྭ་རྩེ་སྒྲས་བཅས་རྒྱལ་ལ་  
མཆོད། །དཔལ་ལྷན་༥ །བསོད་ནམས་མཆོད་སྦྱིན་ཡེ་ཤེས་དེ་བསྐྱེད་ནས། །



ཐུབ་བསྟན་དྲི་མེད་སྤྱི་དང་ཁྱད་པར་དུ། །བསྟན་པའི་སྤྱི་པོ་རྒྱས་པའི་སྟོན་  
ལམ་བུས། །དཔལ་ལྡན་= ལུས་ཀྱི་ཕུག་འཛེལ་བཀྱར་སྤྱིས་བསྐྱོར་བ་དང་། །  
དག་གིས་བསྐྱས་བརྗོད་ཡིད་ཀྱིས་གཏད་སོ་ཀུན། །སྤྱབས་མཆོག་འཇམ་པའི་  
དོ་རྩེ་ཁོ་ནར་མོས། །དཔལ་ལྡན་= ཐུབ་པ་མཆོག་གི་རྩེས་སུ་རབ་བྱུང་ནས། །  
ཁས་སྤང་ཚུལ་ཁྱིམ་སྤྱང་བྱེད་ཆོལ་མེད་ཀྱི། །དག་པའི་སྤྱན་གྱིས་མཐོང་བ་  
སྤྱི་དན་བསྐྱར། །དཔལ་ལྡན་= ཕྱི་ནང་འདུ་ཤེས་ཁུང་པོ་ལྷ་ཡི་ཆོག་ས། །སྤྱང་  
ཅིག་མི་སྤྱོད་གཡོ་བའི་རང་ཚུལ་དུ། །ཐག་ཆོད་སེམས་ཀྱིས་སྤང་ཞེན་སྤྱོད་  
པོར་གྱུར། །དཔལ་ལྡན་= སྤྱུ་མ་མི་ལམ་རྒྱུ་ལྷའི་ཚུལ་མཆུངས་པའི། །སྤང་  
ཞེན་སྤྱོད་པའི་ཆོས་ལ་ལེགས་བརྟགས་ནས། །སྤྱུ་མའི་སྟོ་སྤྱོད་ཉིན་དང་མཆོན་  
དུ་བུས། །དཔལ་ལྡན་སྐྱ་མའི་= སྤང་ཆོད་སྤྱུ་མར་རོལ་པའི་སྟོ་གོས་དང་། །  
སྤྱུ་འདྲ་སྤྱོད་པའི་ཁམས་ལ་སྤྱི་རྩེ་བ། །ཕན་ཚུན་འགན་པ་བཞིན་དུ་འཕེལ་  
བར་འགྱུར། །དཔལ་ལྡན་= རང་བྱུང་གཞིར་གནས་གཞུག་མའི་ཡེ་ཤེས་ལ། །  
ངེས་ཤེས་མཆོག་དུ་བརྟན་པ་རྟོག་གྱུར་བས། །དབང་བཞིའི་ཡེ་ཤེས་རང་གི་  
རྒྱུད་ལ་ཐེབ། །དཔལ་ལྡན་= རྒྱགས་དུས་རྒྱལ་བའི་ཡེ་ཤེས་སྤྱུ་གཅིག་ལ། །  
འཇམ་དཔལ་དཔལ་འཕོའི་བསྐྱེད་རིམ་རོལ་མོ་ཡིས། །སྤང་སྤྱོད་གཞིར་བཞེད་  
ཕུག་རྒྱའི་ཉིང་འཛིན་སྤྱེལ། །དཔལ་ལྡན་སྐྱ་མའི་ཞབས་ལ་གསལ་བ་འདེབས། །  
འདི་ཡན་རྩེ་སྐྱ་མ་ཉིད་ཀྱི་གསུང་ཡིན་ནོ། །ཅི་ཏྲ་རང་བྱུང་ཕུགས་ཀྱི་དཔལ་བེའུ་  
རུ། །འཇམ་དཔལ་བདེ་བའི་དོ་རྩེ་ཐིག་ལེ་ཆེ། །མི་འགྱུར་རྟག་པ་དམ་པའི་

ཚོག་ཏུ་ཞུགས། །དཔལ་ལྡན་སྤྱི་མའི་ཞབས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །སྤྱི་གསུམ་  
ལྟན་གྲུབ་འཇམ་དཔལ་གཞོན་ནུའི་གདངས། །དཀར་འཇམ་ཙུ་ཡི་ལམ་བརྒྱད་  
ཚོན་མར་ཐོན། །དག་བ་དབྱིངས་ཀྱི་མཁའ་ལ་བརྟེན་བཞུགས། །དཔལ་ལྡན་  
འོད་གསལ་སྤྱད་ཞིང་ཁམས་མཐའ་ཡས་པར། །ཤེས་རབ་རིག་བ་རང་བྱུང་  
སྤྱད་སྤྱོད་ཞིང་། །འཇམ་དཔལ་རིགས་ལྡེའི་ཚོམ་ལུང་ལོངས་སྤྱོད་པ། །དཔལ་  
ལྡན་རྩོད་བརླུང་རྒྱུད་སྤྱུགས་སེམས་དབེན་ཟབ་མོ་དང་། །སྤྱི་མའི་སྤྱད་  
འོད་གསལ་ལྷུང་འཇུག་བརྟེན། །མོར་བསམ་ཚོག་འཛིན་རྗེས་ཏིང་མཐར་  
ཐྱིན་པ། །དཔལ་ལྡན་སྤྱི་གའི་ཐ་ཐིག་ཟབ་མོའི་རིམ་བ་དང་། །མི་རྒྱུད་  
སྤྱི་བས་བདེ་ཆེན་ལུ་བའི་རྒྱུ། །ལྷགས་འབྱུང་ལྷག་ལྷོག་དགའ་བཞིའི་འགོས་  
མཐར་སོན། །དཔལ་ལྡན་རང་ལུས་བཀོད་བ་གདན་གསུམ་ཚང་བར་རྩོགས།  
རྒྱ་རྒྱུན་འབྲས་བུའི་རྣལ་འབྱོར་ཅེ་མོར་གཤེགས། །འཁོར་ལོ་ཚོགས་ཆེན་ས་  
མཚོག་མངོན་བརྟེན་པ། །དཔལ་ལྡན་ཆོས་ཅན་སྤྱད་བ་ཆོས་ཉིད་དབྱིངས་  
སྤྱ་ཟད། །ནང་དབྱིངས་ཀ་དག་གཞོན་ནུའི་བུམ་སྤྱིའི་སྤྱབས། །འབྲས་བུའི་  
རྒྱལ་པོ་ཆེ་འདིར་མངོན་སུམ་བརྟེན། །དཔལ་ལྡན་མངོན་དགའ་ལ་སོགས་  
དག་དང་མ་དག་ཞིང་། །སྤྱལ་པའི་རྣམ་ཤེས་བསམ་ལས་འདས་པའི། །མཛེད་  
བ་ཐིན་ལས་རྒྱུ་ཆད་མི་མངའ་བ། །དཔལ་ལྡན་སངས་རྒྱུ་ཀུན་གྱི་མཁྱེན་  
རབ་གཅིག་བསྐྱུས་པ། །སྤྱལ་བྱུང་བདག་འཇམ་དཔལ་རྩོད་རྗེའི། །སྤྱེ་བ་ཀུན་  
ཏུ་འབྲལ་མེད་རྗེས་བརྒྱུད་ནས། །ཐིག་མཚོག་ཆོས་ཀྱི་དགའ་སྤྱོད་སྤྱོད་པར་

དུས་ཀྱི་འཁོར་ལོའི་རྫོགས་རིམ་རྩི་རྩེའི་རྣལ་འབྱོར་གྱི་དགོངས་གནད། ༩༡

ཤོག བྱུང་བ་སྒྲུབ་སྒྲིག་དང་མ་འཕྲུར་དོན་རྗེ་ཐོག ། བཤད་དང་སྒྲུབ་པ་ས་ཉིན་མོར་  
ཕྱེད་ལྷན་པའི། ཟབ་རྒྱས་སྒོ་གྲོས་སྒྲོལ་ས་པའི་གཏེར་མཛོད་བཤོལ། བྱོན་ས་  
ལས་རྣམ་རྒྱལ་གྲགས་པའི་དཔལ་ཐོབ་ཤོག ། ཅིས་པའང་རྗེ་ཁྱེད་མཐུན་མི་མས་མེན་པོ་  
མི་མདུ། གཞན་རྫོགས་མེས། དེ་མཐར་ཉམས་ཕྱོད་འབྲས་བུ་རྣམས་ཀྱིས་བསྐྱངས་དགོས་སྒྲུའི་ཅུ་ཐོ་  
གནང་བ་ཞིན་ཁྱེད་ནས་ཁ་ལོངས་ཀྱིས་ཤིག་ཅིས་མ་ཁད་ཆེན་བཀའ་འདྲིན་ཅན་གྱུན་བཟང་དཔལ་ལྷན་གྱིས་  
གསུང་བསྐུལ་བ་ཞིན་འཇམ་དབྱངས་ཆོས་ཀྱི་སྒོ་གྲོས་པས་སྐོངས་ཆོག། བཤས་བསྐྱབ་པ་ཉེས་ལག་ལ་མཛིས་  
ན་བཤགས་ཤིང་དགོ་བས་དཔལ་ལྷན་སྒྲུབ་ས་རྗེས་སྒྲུའོན་པའི་རྒྱུད་ལྷུར་ཅིག བཏུ་ལོ། །

༣༡། །དཔལ་དུས་ཀྱི་ལོ་འཁོར་ལོ་འོ་རྫོགས་འཁོར་རྫོགས་  
རྣམས་འབྱོར་གྱི་དགོངས་གནད་གསལ་བྱེད་  
བྱེད་ཀྱི་མེ་ལོང་བཞུགས།

ནམ་མཁུ་ཕྱི་གཡ་ཙཱ་ཡ། དཔལ་དུས་གྱི་ལམ་ལོ་ཙཱ་པའི་རྒྱུད་རྩིང་ཡག་  
བཅུ་གཉིས་པ་ལས། མོ་མོར་རྒྱུད་པ་རྣམ་པ་བཅུ། །རྒྱལ་བ་ཡི་ནི་དཔལ་པོར་  
འགྱུར། །དེ་བཞིན་བསམ་གཏན་མི་བསྐྱོད་པ། །རྩོག་དང་རྩོལ་བ་རལ་གྱི་ཅན།  
ཞེས་སོགས་དང་། མོ་མོར་རྒྱུད་པ་ཡུལ་དང་ནི། །ཡུལ་ཅན་རྣམ་པ་བཅུ་པོ་  
རྣམས། །ཡུས་ལ་འཇུག་པ་མེད་པའོ། །ཤེས་རབ་རྟོག་དང་དཔྱོད་པ་དང་། །  
དགའ་བ་མི་གཡོ་བ་དེ་བ་དང་། །བསམ་གཏན་སེམས་ནི་རྩེ་གཅིག་པའོ། །རྩོག་

དང་ཚེ་ལ་བ་གཉིས་ཀྱི་ལམ། །མི་འབྲུགས་པ་རྒྱུར་བ་ནི། །དབུ་མར་སྒོག་  
 བྱི་འཇུག་པའོ། །ཐིག་ལེ་རུ་ནི་སྒོག་འཇུག་ཅིང་། །གཉིས་ཀ་འགྲོ་དང་འོང་བ་  
 དག །གཟུང་བ་ཡིད་ནི་ཅེ་གཅིག་པ། །གཏུམ་མོའི་མེ་ནི་སྣང་བ་གང་། །ལུས་  
 ལ་ངེས་པར་གསལ་གྱུར་པ། །ནམ་མཁའ་དེ་ནི་རྗེས་བྱན་འགྱུར། །ཤེས་རབ་  
 ཐབས་ཀྱི་བདག་ཉིད་ཀྱིས། །ལྟན་ཅིག་སྦྱིས་པའི་བདེ་དབང་གིས། །ཡེ་ཤེས་  
 སྦྱི་ནིང་འཛིན་ཏེ། །ཞེས་དང་། བསྐྱུས་པའི་རྒྱུད་ལས། །སྐྱོད་སྐྱུད་པ་ལུས་  
 ལ་ཡུལ་དང་ཡུལ་ཅན་བརྩེ་བྱ་མས་ནི་རབ་རྩེ་འཇུག་པ་མེད་པའོ། །བསམ་  
 གཏན་དག་གྲང་ཤེས་རབ་རྟོག་དང་དཔྱོད་པ་དགའ་དང་གཡོ་མེད་བདེ་བ་ཅེ་  
 གཅིག་སེམས་པའོ། །སྒོག་གི་ཚེ་ལ་བ་དག་གྲང་ལམ་ནི་གཉིས་པོ་བསྐྱེལ་ཞིང་  
 དབུ་མར་སྒོག་ནི་ཞུགས་པ་དག་རྩེ་འགྱུར། །ཐིག་ལེར་སྒོག་ནི་རབ་རྩེ་ཞུགས་  
 ཤིང་གཉིས་ཀའི་བགྲོད་པ་བཅོམ་སྟེ་ཅེ་གཅིག་སེམས་པ་འཛིན་པའོ། །གཏུམ་  
 མོའི་སྣང་བར་གང་ཞིག་གྱུར་པ་ངེས་པར་ལུས་དང་ནམ་མཁའ་ལ་ཡང་རྗེས་  
 སྐྱབས་པར་འགྱུར། །ཤེས་རབ་ཐབས་ཀྱི་བདག་ཉིད་ཀྱིས་ནི་འགྱུར་མེད་བདེ་  
 བའི་དབང་གིས་ཡེ་ཤེས་གཟུགས་ལ་ཉིང་ངེ་འཛིན། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར།  
 །སྐྱོད་སྐྱུད་ནི་ཡུལ་ཡུལ་ཅན་རྣམས་བརྩེ་བྱེད་ཀྱི་རྒྱུད་ལུས་ལ་མི་འཇུག་པར་  
 བྱེད་པའོ། །བསམ་གཏན་ནི་སྟོང་གཟུགས་ཡུལ་དུ་བྱས་ན་སྟོང་གཟུགས་སུ་  
 ཤེས་པའི་ཤེས་རབ་དང་། །རྟོག་དཔྱོད་དགའ་བདེ་སེམས་ཅེ་གཅིག་གཞན་  
 པ་ལྷ་ལྷན་ནོ། །སྒོག་ཚེ་ལ་ནི་རྒྱུད་དབུ་མར་འཇུག་པའོ། །སྒོག་མི་ཤིགས་པའི་

དུས་ཀྱི་འཁོར་ལའི་ཨོགས་རིམ་དོ་རྗེའི་རྣལ་འབྱོར་གྱི་དགོངས་གནད། ༡༡

ཐེག་ལེར་འཇུག་ཅིང་འགྲོ་འོང་བྱེད་པ་འཛིན་པ། གཏུམ་མོའི་འབར་སྤང་གསལ་  
ཁིང་ཁྱ་བདེ་འདྲོན་པ་རྗེས་དྲན། འཕོ་རྒྱུང་དང་ཐེག་ལེའི་བྱ་བ་འགགས་ཤིང་  
ཐབས་ཤེས་དབྱེར་མེད་དོན་དམ་ལྟན་སྦྱེས་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྒྲུ་འགྲུབ་པ་ཉིང་དེ་འཛིན་  
ནོ། །དེ་ཡང་གཞི་རང་བཞིན་ལྟན་གྱིས་གྲུབ་པའི་གནས་ལུགས། ཆོས་ཐམས་  
ཅད་ཀྱི་ཆོས་ཉིད་འོད་གསལ་བདེ་གཤེགས་སྦྱིང་པོ་ལ། སྒྲགས་རྒྱུད་རྣམས་  
ལས་གཏུག་མ་མི་ཤིགས་པའི་སྒྲག་ཆེན་པོ་ཞེས་བརྗོད་པ། དེ་ཉིད་དོ་རྗེ་བཞི་  
ཡི་རང་བཞིན་དུ་ཡེ་ནས་དུས་གསུམ་འཕོ་འགྱུར་དང་བྲལ་བར་བཞུགས་པ་  
ལས་ཆོས་ཐམས་ཅད་ཀྱང་མི་འདའ་བ་ཡིན་ནའང་། སྒྲོ་བུར་བའི་ལས་རྒྱུང་  
དང་ཀྱན་རྟོག་གཡོ་བས་འཁོར་བའི་འབྲུལ་སྤང་ཐམས་ཅད་དོན་ལ་དེ་ལྟར་མ་  
གྲུབ་བཞིན་སྒྲུམ་དང་མྱི་ལམ་ལྟར་ཤར་བས་རང་གནས་ཆོས་ཉིད་ཀྱི་དོན་མ་  
མཐོང་ཁིང་འབྲུལ་བར་ཁོར་མོ་ཡུག་ཏུ་འབྱུན་པ་སྟེ། ཐབས་ཟབ་མོས་འབྲུལ་  
སྤང་དབྱེདས་སུ་བསྐྱེམ་ཁིང་། རང་དང་ལྟན་སྦྱེས་རྣམ་དག་འོད་གསལ་ཆེན་  
པོ་མངོན་དུ་བྱེད་པ་གང་ཞིག་ དོ་རྗེ་ཐེག་པ་ཐབས་ཀྱི་ལམ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཟབ་  
པ་མཐར་ཐུག་པ་འདི་ཡིན་པ་དཔལ་ལྷན་དུས་ཀྱི་འཁོར་ལོས་རྒྱུད་ལས་གསུངས་  
པའི་ཨོགས་རིམ་དོ་རྗེའི་རྣལ་འབྱོར་གྱི་ལམ་བསྐྱོམ་པ་ལ། སྦྱོར་བ་ཡན་ལག་  
དུག་སྟེ། གཞི་འཛིན་པ་སོར་བསམ་གཉིས་སྒྲུད་དོ་རྗེའི་རྣལ་འབྱོར། རྒྱུང་འཆིང་  
བསྐྱོག་འཛིན་གཉིས་གསུང་དོ་རྗེའི་རྣལ་འབྱོར། བདེ་སྤྱོད་བསྒྲུབ་པ་རྗེས་དྲན་  
ཐུགས་དོ་རྗེའི་རྣལ་འབྱོར། འཕོ་མེད་ཀྱི་བདེ་བ་སྒྲུབ་པ་ཉིང་དེ་འཛིན་ཡེ་ཤེས་

དོ་རྗེའི་རྣལ་འབྱོར་བཞི་སྟེ། འདི་ཐམས་ཅད་ཕྱག་རྒྱ་ཚེན་པོའི་རྣལ་འབྱོར་ཡིན་  
པར་རྩལ་གཅིག་གོ། ཡང་རྗེས་ཏིང་གཉིས་ཀ་ཕྱགས་དོ་རྗེའི་རྣལ་འབྱོར་དུ་  
བསྐྱུས་ན་དོ་རྗེ་གསུམ་གྱི་རྣལ་འབྱོར་ཐོག་བར་མཐར་དགོ་གསུམ་མོ། །དེ་  
དག་གི་དང་པོ་སོ་སོར་སྤྱད་པས་འོད་གསལ་གྱི་རྟགས་སྤྱང་སྤྱོད་གཞུགས་མཐོང་  
བར་བྱ་བ་དང་། དེ་ལ་སེམས་གནས་པའི་བསམ་གཏན་སྐྱབ་པ་གཉིས་གྱི་  
དང་པོ་ཐོག་མར་ཡུལ་ཅན་དབང་པོ་ལྷ་ཡི་ལམ་ནས་རྒྱུད་ལྷ་ལ་ཞོན་པའི་རྣམ་  
ཤེས་ལྷ་ཡུལ་གཞུགས་སོགས་ལྷ་ལ་འཇུག་ཅིང་གཡོ་བའི་འཕོ་བ་དེ་དག་ལུས་  
ལ་མི་འཇུག་པར། བསྐྱེད་པས་ན་སོ་སོར་སྤྱད་པ་ཞེས་བྱ་སྟེ། གནས་དབེན་  
ཤིང་བདེ་བར་སྟན་བདེ་བར་འཁོད་དེ་སྐྱབས་སེམས་དོར་སེམས་སྒྲོམ་བསྐྱུས་  
མཚུལ། ལྷ་མའི་རྣལ་འབྱོར་དང་ལྟན་སྟེས་གྱི་བསྐྱེད་ཀྱི་རྣམས་མདོར་བསྐྱུས་  
བྱས་ནས། མི་གཡོ་གསུམ་ལྷན་ཞེས་ལུས་གྱི་དགག་སྐྱབ་བྱ་བྱེད། དག་གི་སྐྱབ་  
བཅོམ་དུ། ཡིད་གྱི་རྣམ་རྟོག་སྤང་བཞི། དེ་གསུམ་གཡོ་བ་མེད་པར་གནས་པའམ་  
དབེན་པ་གསུམ་ཞེས་བྱ་ཞིང་སྒྲོག་གསུམ་གྱི་ལོངས་སྟོང་ལ་ལྷོས་པ་མེད་པ་ཞེས་  
ཀྱང་བྱའོ། །དེའི་ཤུགས་གྱིས་རྒྱུད་སེམས་འཕོ་བ་དངོས་སུ་མ་ཞིགས་ཀྱང་རང་  
སོར་ལྷོས་མེད་དུ་འཛོག་པ་འགྲུབ་པས་འཕོ་བའི་ལོངས་སྟོང་ལ་ལྷོས་པ་མེད་  
པ་དང་བཅས་པའི་ལྷོས་མེད་བཞི་ལྟན་དུ་ཡང་བཅོམ་དོ། །དབེན་གསུམ་འདི་  
སྟོན་འགོ་ཡིན་པས་ཞག་གཉིས་གསུམ་འདི་ག་རང་བསྒྲོམས་ཀྱང་ལེགས། དེ་  
ལྟར་མ་བྱུང་ཡང་མི་གཡོ་གསུམ་ལྷན་དང་མ་བྱལ་བའི་སྒྲོན་སོར་བསྐྱེད་སོགས་

དུས་ཀྱི་འཁོར་ལོའི་རྫོགས་རིམ་རྫོ་རྫེའི་རྣལ་འབྱོར་གྱི་དགོངས་གནད། ༡༡

ཉམས་སྒུ་ལེན་པར་བྱའོ། །ཁོར་སྤྱད་གྱི་དངོས་གཞིའི་དུས་སྒུ། ཐོག་མར་མུན་  
ཁང་དུ་བསམ་གཏན་གྱི་འཕོལ་རྒྱུད་སྟེང་། ལུས་གནད་རྐང་པ་རྫོ་རྫེའི་སྒྱུལ་  
ཀྱང་བྱ་ཞིང་། འོག་ཆགས་དམ་པོ་རྒྱུ་པ་བས་ཐུར་སེལ་གྱི་རྒྱུད་འཆིང་། སྒྲུལ་  
ཆོགས་དང་ལྷག་པ་དྲང་པོར་བསྐྱང་། སྟིང་ག་ནས་ལྷེ་བའི་བར་གྱི་རྩ་དྲང་པས་  
སྒོག་རྒྱུད་འཆིང་། དེ་ལྟར་དྲང་པོར་མ་བྱས་ན་མདུན་དུ་རྒྱར་ན་སྟིང་དབུས་གྱི་  
ནང་གི་མདུན་རྒྱུད་དང་འཕྲད་པས་གེས་པ་རྟོལ་ལེ་བ་བྱུང་། གཡས་སྒུ་ཡོན་  
མི་དང་འཕྲད་པས་འཕྲུབ་ཡོང་བ། གཡོན་དུ་ཡོན་རྒྱུད་འཕྲད་ཉོག་གི་བ། རྒྱུ་  
དུ་ཡོན་ས་དང་འཕྲད་པས་བྱིང་ཞིང་སྒྲ་འཐས་གྱི་ཉམས་འབྱུང་། སྒོག་མས་  
ཨོལ་མདུད་ཅོན་ཅམ་གྱི་མགོན་པ་དགུགས་དེས་གྲེན་རྒྱའི་རྒྱུད་འཆིང་། ལུས་  
གནད་སྒྲ་མ་དེ་རྣམས་གྱི་ཤུགས་ལས་གསུས་པ་མཉམ་དུ་འབྱུང་བས་མཉམ་  
གནས་གྱི་རྒྱུད་འཆིང་། སོ་དང་མཆུ་རང་སར་བཞག། ལྷེ་རྩེ་ཡ་རྒྱལ་ལ་སྦྱར།  
མགོན་པ་སོ་དང་ལྷེ་མཆུའི་ལུས་གནད་འདི་དག་གིས་རྣ་བ་དང་ལྷེའི་རྒྱུད་འཆིང་  
ལ། སྦྱོར་བ་དེ་རྣམས་དང་རྒྱུད་ཁ་ནས་དལ་བྱར་བཏང་བས་སྒྲའི་རྒྱུད་འཆིང་།  
ལག་གཉིས་མཐེ་བོས་སྒྲིན་ལག་གི་རྩ་བ་མཐོན་པའི་བྱེན་ས་སོར་མེ་རྣམས་གྱིས་  
བསྐྱོམ་པའི་ཁུ་རྒྱར་གཉིས་བརྒྱའི་རྩ་བར་བྱང་མཐོན་དུ་བཞག། གིམ་ལྟོད་རན་  
པར་བྱ་ཞིང་ལག་རར་བསྐྱང་། དེས་ལུས་དབང་ལ་རྒྱ་བའི་རྒྱུད་དང་ལུས་གནད་  
ཐམས་ཅད་སྐྱོམ་པས་བྱབ་བྱེད་གྱི་རྒྱུད་འཆིང་། ཡང་ན་ལག་གཉིས་མཉམ་  
བཞག་བྱས་ཀྱང་རུང་། མིག་གི་གཙུག་ཏྱར་འཁོར་ལོས་བསྒྱུར་བའི་ལྷ་སྤངས་

ཞེས་སྒྲིན་མཆོམས་ནས་སོར་བཅུ་དྲུག་གཞལ་བའི་སྟེང་གི་ནམ་མཁའ་ལ་བལྟ་  
ཞིང་དེ་ལས་མི་གཡོ་བར་བྱ་སྟེ། མིག་འབྲས་ཏུ་ཅད་གདངས་པ་དང་། བཅུ་མ་  
བ་མིན་པར་རང་བབ་ཏུ་མིག་འབྲས་གྱེན་ཏུ་བསྒྲོག་པར་བྱའོ། །ལྟ་སྟངས་དེས་  
མིག་ཏུ་རྒྱ་བའི་རྒྱང་འཆིང་། དེ་ལྟར་རྩ་བ་དང་ཡན་ལག་གི་རྒྱང་བཅུ་འཆིང་  
བས་ལུས་གནད་དམ་བྱེད་བཅིང་འདི་གལ་ཆེའོ། །གཙོ་བོར་སེམས་ཀྱི་དམིགས་  
བ་མི་གཡོ་བ་ལ་བརྟེན་ནས་རྒྱང་འཆིང་དགོས་པ་ཡིན་ཡང་། དེའི་གོགས་སུ་  
ལུས་གནད་འདི་དག་གལ་ཆེ་སྟེ། སེམས་ཀྱིས་ལུས་ན་བར་བསྐྱོམས་ནས་ཡུན་  
རིང་གོམས་ན་ན་བར་འབྱུང་ཡང་། རྟོས་བསྐྱུན་ན་དེ་མ་ཐག་ན་བ་སོགས་དང་  
འདྲ་བར་ལུས་དང་རྩ་རྒྱང་གི་ཐབས་ལ་བརྟེན་ནས་བསྐྱུབ་པའི་ལམ་ཐམས་ཅད་  
སྦྱར་ཞིང་ཟབ་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་དཔེར་གསུམ་དང་ལུས་ཀྱི་བྱེད་པ་བཅིངས་  
པའི་འདུག་སྟངས་ཀྱིས་རྩ་གཡོ་མེད་ཏུ་འཆིང་། རྒྱང་མི་གཡོ་བར་འབྱུང་། སེམས་  
ཀྱི་གནད་ནི་ཅི་ཡང་ཡིད་ལ་མི་བྱ། ཡར་ནམ་མཁའ་དང་ནང་སེམས་སུ་མི་རྟོག་  
ཆེད་དུ་འང་མ་བསྐྱིམ་མ་སྟོང་པར་རང་བབས་སུ་བྱལ་ལེ་ཁྲིས་སེ་བཞག། དེ་  
ལ་གནས་ན་ལེགས། མི་གནས་པར་རྟོག་པ་འོག་འབྲམས་འཕྲོན་ཞེ་བཅུད་  
དྲག་པོས་ནམ་རྟོག་ཐམས་ཅད་ཐད་ཀྱིས་བཅུད་དེ་རྩུང་ཟད་བསྐྱིམ་པའི་ཤུགས་  
ཀྱིས་བྱར་མེད་དུ་བཞག། ཤུགས་མི་ཆེ་བའི་འོག་འབྱུ་ཕྱ་ཉོ་བ་བྱུང་ན་དེའི་རྗེས་  
མི་མཐུད་པར་རྩིས་མེད་དུ་བོར་ནས་རང་བབས་པར་སྟོང་དེ་བཞག། མིག་གཏང་  
སའི་ནམ་མཁའི་སྔན་པ་ནག་དིང་ངེ་བ་འཆེམ་མེ་ཆེ་རེ་གཏང་ནས། ཡིད་མིག་



དུས་ཀྱི་འཁོར་ལོའི་རྫོགས་རིམ་རྫོ་རྫེའི་རྣལ་འབྱོར་གྱི་དགོངས་གནད། ༡༡

རྒྱུད་གསུམ་དེར་ཐིམ་པ་ལྟར་དབྱེར་མེད་དུ་བསྐྱེས་ཏེ་བཞག་གོ། །དེ་ལྟར་མ་  
ཡོངས་པར་ཞག་གཅིག་གིས་ཚད་དཔུགས་ཉི་ཁྲི་ཆིག་སྟོང་དུག་བརྒྱའི་ཡུན་ཚད་  
ལ་གནད་དུ་བསྐྱེད་ལྷན་ལྷན་སྟོང་གཟུགས་འཆར་བས། རྒྱུད་ལས། ཉི་མ་གཅིག་  
ཅིག་ཡོངས་སུ་བརྟགས་པས་རྟགས་སྒྲུང་མཐོང་བས་གྲུབ་པར་གསུངས་པ་  
བཞིན་ནོ། །ཉིན་མོའི་རྣལ་འབྱོར་ནི་ལུས་གནད་སེམས་གནད། མཚན་མོའི་  
རྣལ་འབྱོར་དང་ཁྱད་མེད་ལ། སྤྱིན་དང་དུ་བ་སེར་བུ་མེད་པའི་དུས་སུ་ཉི་མ་  
ལ་རྒྱབ་བརྟེན་ཏེ་ཉི་འོད་ཀྱིས་མིག་ལ་མི་ཐོག་པར། སྤྱིན་མེད་ཀྱི་ནམ་མཁའ་  
སྟོ་སང་དེ་བ་དེར་སེམས་གསལ་རིག་འདེས་པའམ་དབྱེར་མེད་ལྟ་བུར་བཞག་  
ནས་རྟོག་པའི་འཛིན་པ་སྤངས་ཏེ་འབད་པར་བྱའོ། །ལས་དང་པོ་བས་བསྒྲོམ་  
པ་ལ་རྣམ་རྟོག་གཡོ་བ་ཁེགས་པ་མི་འབྱུང་རྟེ། གཡོ་ཐོབ་སོགས་ཉམས་ལྷ་  
བཤད་བསྒྲོམ་སྦྱི་ལ་འོང་ངོ། །ཐབས་འདིས་མི་རྟོག་པའི་སྟོང་པ་བསྒྲོམ་པས་  
གཡོ་བྱེད་ཀྱི་རྒྱུད་འགགས་ནས། སྟོང་གཟུགས་རྟགས་བརྒྱ་རིམ་བཞིན་མཐོང་  
བར་འགྱུར་ཏེ། བསྐྱེས་རྒྱུད་ལས། བམ་མཁའ་ཀླན་ནས་ཞེན་པའི་སེམས་  
དང་མིག་ནི་མི་འཇུག་རྫོ་རྫེའི་ལམ་དུ་རབ་རྩ་ལུགས་པ་ཡིས། སྟོང་པ་ལས་ནི་  
དུ་བ་སྤྱིག་རྒྱ་རབ་གསལ་དྲི་མ་མེད་པའི་མཁའ་སྒྲུང་ཉིད་ལས་མར་མེ་དང་།  
འབར་བ་དང་ནི་ཟླ་བ་ཉི་མ་རྫོ་རྫེའི་རྣམས་དང་མཆོག་གི་ཆ་དང་ཐིག་ལེ་མཐོང་  
བར་འགྱུར། དེ་ཡི་དཔུགས་སུ་སངས་རྒྱས་གཟུགས་ནི་ཡུལ་དང་རྣམ་པར་བྱལ་  
བ་དུ་མ་ཡོངས་སྟོང་རྫོགས་པའི་སྒྱ། བམ་མཁའ་ཆུ་འཛིན་བྲལ་བ་དག་ནི་

ནལ་འབྱོར་བ་ཡི་བསྐྱད་པའི་མིག་གིས་བལྟ་བུ་སྟེ། དེ་ཁྱ་ནག་པོ་དྲི་མེད་འོད་  
ཟེར་འགྲོ་བ་དུས་ཀྱི་རྩ་ལ་མཐོང་བར་འགྱུར་གྱི་བར་དུའོ། །དེ་ལ་ཀུན་མཁྱེན་  
གཟུགས་ནི་རྩ་ལ་ཉི་མ་ལྟ་བུར་གོས་པ་མེད་པར་ཁ་དོག་སྣ་ཚོགས་ཏེ། རྣམ་  
པ་ཀུན་ལྡན་རང་སེམས་ཡུལ་དང་རྣམ་པར་བྲལ་བ་དག་གོ་སེམས་ནི་གཞན་  
པ་མིན་པ་ཉིད། ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར། ཏྲགས་བཅུ་པོ་གང་ཞེན་མཚན་མོ་  
སྣང་མེད་ཚུན་པའི་ནལ་འབྱོར་གྱི་ཏྲགས་བཞི། ཉིན་མོ་སྤྲིན་མེད་ནམ་མཁའི་  
ནལ་འབྱོར་གྱི་ཏྲགས་དུག་སྟེ་བཅུར་རྣམས་གསུངས་པ་ལས། དང་པོ་ཤེས་  
རབ་གྱི་ཕྱོགས་གྱི་བྱུང་བ་ལ་སོགས་གྱི་རྒྱུད་སྤྱད་རིམ་གྱིས་འཆར་བ་ལྟ་ལས།  
ས་རྒྱུད་དབུམར་འདུས་པ་ལས་དུ་བ་ལྟ་བུའི་ཏྲགས་སྣང་འབྱུང་། འདི་ལ་སྟོན་  
རིང་སོགས་གྱི་དུ་བ་ལྟ་བུར་ལྷུར་ལྷུར་འགྲོ་བ་དང་། རྩ་ལྷུར་ལྷུར་བ་དང་། དུ་  
གདངས་ཆགས་པ་ལྟར་མེ་རེ་བ་དང་། ཆར་སྤྲིན་གསར་བ། སྤྱགས་པ་འཐེབ་  
པ་ལྟ་བུ་སོགས་འབྱུང་ཞིང་། ཁ་དོག་ཀྱང་སྒྱུ་ཐལ་ལེ་བའམ། རྩ་བ་དང་། ཟེར་  
དམར་ནག་ལྷང་ཁྲ་པོ་སོགས་སྣ་ཚོགས། ཁ་དོག་གཅིག་པའམ། གཉིས་ལྡན་  
གསུམ་ལྡན། བཞི་ལྡན་ལྟ་བུ་སོགས་སྣ་ཚོགས་པ། ཚད་དང་དབྱིབས་དང་  
ཆེ་ཆུང་སོགས་མ་དེས་པ། བརྟན་པ་དང་གཡོ་བ། སྤང་འོག་སོགས་སུ་རྒྱ་རྒྱལ་  
ཡང་སྣ་ཚོགས་པ་འབྱུང་སྟེ། བར་གི་བྱེ་བྲག་མི་འདྲ་བའི་རྣམ་པ་སྣ་ཚོགས་  
རྣམས་ཀྱང་སྤྱི་རིགས་ནས་དུ་བའི་ཏྲགས་གྱི་ཁོངས་སུ་འདུའོ། །དེའི་ཆོང་ག་  
ཉམས་ཀྱང་རྒྱུད་ཐོན་དགའ་བ་ལུས་ཉམས་ལྟི་བ་སྣམ་བྱེད་པ་དང་། སྤྱིང་ཁ་

དུས་ཀྱི་འཁོར་ལོའི་རྫོགས་རིམ་རྩི་རྩེའི་རྣལ་འབྱོར་གྱི་དགོངས་གནད། ༡༡

སོགས་མནན་བཅོར་ལྟ་བུ་སོགས་སྣ་ཚོགས་དང་། སེམས་ཉམས་བྱིང་ལྷགས་  
ཤས་ཆེ། ཁྱི་ལམ་དུའང་དུ་བ་རྒྱངས་པ་འཛུབ་མ་སྒྲུག་པ་སོགས་དང་། སའི་  
འོག་ཏུ་མནན་པ། ས་སྒྲུག་དང་ཁང་སྟོང་དུ་ཉལ་བ་སོགས་ཅི་རིགས་འབྱུང་ངོ་། །  
ཁུ་རྒྱུང་དབུ་མར་འདུས་པའི་ཉྒྱགས་སྒྲིག་རྒྱ་ལྟ་བུ་སྟེ། དེ་ཡང་སོས་ཀའི་ཐང་  
ལ་སྒྲིག་རྒྱ་མཐོང་བ་ལྟར་མེར་མེར་བྲིག་བྲིག་ཤིག་ཤིག་པ་དང་། ཁུ་བོ་ལྟར་  
རྒྱག་པ་དང་། ཆར་ཟིམ་རྒྱུང་བསྐྱོད་ལྟར་རྩིབ་རྩིབ་པ་སོགས་མདོག་དབྱིབས་  
རྒྱ་ཆེ་རྒྱུང་བརྟན་གཡོ་སོགས་མ་དེས་སྣ་ཚོགས་སུ་མཐོང་། ལུས་བསིལ་ཡང་  
བདེ་འཇམ་མཉེན་པ་དང་། དབུགས་བསིལ་སྟོང་། སེམས་ཉམས་གནས།  
བདེ་མི་བདེ་རེས་མོས། ཁྱི་ཉམས་སུ་ཁུ་བོ་ཆར་དང་སྒྲིག་རྒྱ་སོགས་འབྱུང་ངོ་། །  
མེ་རྒྱུང་དབུ་མར་འདུས་པས་མཁའ་སྒྲུང་སྟེ་སྒྲིབ་བུ་མེ་བྱིར་ལྟ་བུ་འོད་ལྡོམ་དམར་  
ཅིག་ཅིག་ནམ་མཁའ་ལ་སྒྲུ་ཡལ་བྱེད་པ་དང་། འཕྲོ་ཁིང་འཇུབ། ཉྒྱག་ཡར་  
གྱིས་འགོ་བ་སོགས་འབྱུང་། དེ་ཡང་རྣམ་པ་སྣ་ཚོགས་པར་འབྱུང་། ལུས་ཉམས་  
ཚདྲོད་དང་རྣལ་འབྱུང་བ། བཀྲེས་སྒྲོམ་གྱི་སྒྲུང་བ། དག་ཉམས་དབུགས་ཚ་  
ལ་བྱང་། སེམས་ཉམས་གསལ་ལ་འཕྲོ་ཁིང་རྒྱབ་ལ་རྒྱ། ཁྱི་ལམ་མེ་འབར་བ་  
སོགས་མེའི་སྒྲུང་བ་མང་དུ་འབྱུང་ངོ་། །རྒྱུང་གི་རྒྱུང་དབུ་མར་འདུས་པས་མར་  
མེ་འབར་བ་ལྟ་བུ་སྟེ། འོད་ཚད་འབྱིང་ཅམ་དུ་གསལ་ཁིང་། འབར་བ་ཡུན་  
རིང་དུ་གནས་ཤིང་གཡོ་བ་མེད་པ། འདར་རྩིལ་ལེ་བ་འབྱུང་། དེ་ཡང་འབྲང་  
དུ་བསྒྲིགས་པ་དང་གཅིག་ཏུ་ཆར་འབར་བ་དང་། གཅིག་རྩིང་ལ་གཅིག་འབྱུང་

བ་སོགས་མདོག་དབྱིབས་ཚད་སོགས་མ་དེས་བ་གོང་བཞིན་ནོ། །འདིའི་ཚེ་  
ལུས་ཉམས་ཡང་ཞིང་གཡོ། དག་ཉམས་དབུགས་འཇམ་ལ་དལ། དབུགས་  
ཕྱིན་ཀྱང་བ་འགག་བ་ལྟར་མི་ཚོར་བ་སྟམ་བྱེད། སེམས་ཉམས་ཡལ་ཡལ་བ་  
དང་བརྟེན་དེས་ཆེ་བ་གཏད་མེད་ཆེ་ལང་དེ་བ་འབྱུང་། མི་ཉམས་རྒྱུ་འཁུབ་  
དང་། བྱ་སོགས་ལྷིང་བ། ཏྲ་སོགས་ཐོག་ཆགས་རྒྱག་པའི་ནམ་བུ་ལྟ་གཡོ་  
བ་ཤས་ཆེར་འབྱུང་སྟེ། དེ་ལྟར་རྟགས་བཞི་དང་། ཉིན་མཚན་གཉིས་ཀ་ཡང་  
ཐུན་མོང་དུ་ནམ་མཁའ་སྤྱིན་མེད་དུངས་བ་ལྟ་བུའི་རྟགས་འབྱུང་ཡང་འདི་ནི་  
རྟགས་རྣམས་འཆར་བའི་གཞི་ཡིན་པས་རྟགས་བཅུ་ལས་འོགས་སུ་མ་བགང་  
ངོ་། །དེ་ལ་སྤྱིན་མེད་ནམ་མཁའི་སྤྱང་བ་ནི། སྐར་ཁུང་གི་ཐུག་པ་ལྟ་བུ་དང་  
མཐོངས་ཀ་དང་། ཆགས་སེ་དང་། དུ་མིག་ལ་སོགས་པའི་བར་གསེང་ལྟ་བུའི་  
ནམ་བུར་འབྱུང་ཞིང་། མཐར་དེ་དག་གཅིག་ལ་གཅིག་འདྲེས་ཏེ་སྤྱོད་སང་གི་  
ཆ་རྒྱུ་ཡངས་རྒྱུ་ཡངས་སུ་གྱུར་ནས་ནམ་མཁའ་མཐའ་དབུས་མེད་བ་སྤྱང་བ་  
འཆར་ངོ་། །དེར་ཡང་ཁ་དོག་སོགས་མ་དེས་སྒྲ་ཚོགས་ཅིར་ཡང་འབྱུང་བ་གོང་  
དང་འདྲ། འོན་ཀྱང་ནམ་མཁའི་རྟགས་སྤྱང་ཡིན་ན་གང་ཡང་མི་སྤྱི་བཅིང་དུངས་  
བ་ཞིག་ཏུ་འོང་ངོ་། །དུས་འཁོར་ལུགས་ཀྱི་རྟགས་བཅུ་བགང་ཚུལ་གོང་ལྟར་  
ལ། སྤྱིན་མེད་མཁའ་སྤྱང་ནི་རྟགས་ཅན་གཤམ་རབ་ཀྱི་པར་ཕྱིན་སྤྱོད་བ་ཉིད་  
དུ་བཞག་ཀྱང་། གཡས་ཀྱི་ནམ་མཁའི་རྒྱུད་ཐིམ་པའི་རྟགས་ཡིན་པས་རྒྱུད་  
གཞན་དུ་རྟགས་ལྟར་བགང་བའང་ཡོད། གཡའ་ཏེ་འདི་རྟགས་སུ་བྱས་ནས་སྒྲ་

དུས་ཀྱི་འཁོར་ལའི་རྫོགས་རིམ་རྡོ་རྗེའི་རྣལ་འབྱོར་གྱི་དགོངས་གནད། ༡༡

གཡས་གཡོན་ནས་རྒྱ་བའི་རྒྱ་ལྷ་དཔུ་མར་འདུས་པའི་རྟགས་བརྩར་བྱས་ན།  
ཡེ་ཤེས་རྒྱ་གི་རྟགས་ཐིག་ལེ་ནི། རྟགས་ཅན་བདེ་བའི་ཡེ་ཤེས་སུ་བྱས་ཏེ་  
དེར་མི་བགྲང་བར་དོན་གྱིས་ཤེས་ལ། བམ་མཁའི་རྟགས་མི་བགྲང་བར་ཐིག་  
ལེ་དང་རྟགས་བརྩར་བྱས་ན། རྟགས་བརྩར་རྫོགས་པའི་མཐར་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རྟགས་  
སྒྲུང་ཐིག་ལེ་ཆེན་པོའི་སྒྲུང་བ་མདོག་སྟོན་པོ་འཕུང་ཤས་ཆེ་བ། རེ་སྒྲུབ་ག་  
པོ་སྒྲུ་ཡི་ཆད་ཙམ་སྒྲུ་བའི་རྒྱུ་མ་སྟོར་ཅན་གྱི་ནང་དུ། རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་པའི་  
གཟུགས་བརྟན་སྒྲ་ཆོགས་དང་། སངས་རྒྱས་ཀྱི་གཟུགས་སྒྲ་གཉིས་མཐོང་  
བཞིན་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྒྲུང་བ་རྟགས་ཅན་དུ་བྱས་ཀྱང་རུང་ལ། ཡེ་ཤེས་འདི་ནི་  
དག་བྱ་དུག་ཆོད་ཀྱི་སྐབས་ན་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རོ་བོ་ཡེ་ནས་དང་ཡང་སྟོ་སྒྲུར་གྱི་དྲི་  
མ་དང་བཅས་པའི་ཆ་ནས་དང་། དག་འབྲས་ཀྱི་སྐབས་སུ་སྟོ་སྒྲུར་གྱི་དྲི་མ་  
དང་བུལ་བའི་ཆ་ནས་བཞག་པ་ཡིན་ནོ། །དེས་ན་སྟོང་བ་མཁའ་སྒྲུང་དང་། ཡེ་  
ཤེས་ཐིག་ལེའི་སྒྲུང་བ་འདི་རྫོགས་པ་ཆེན་པོའི་རྒྱུད་དུ། མཐིང་དབྱིངས་དང་  
ཐིག་ལེ་སྟོང་སྟོན་སོགས་གསུངས་པ་དང་ཕྱོགས་མཚུངས། རྟགས་བརྩར་པོ་འདི་  
ལམ་དུས་སུ་རྒྱ་བརྩར་དཔུ་མར་ཞུགས་པའི་འོད་གསལ་གྱི་རྟགས་སྒྲུང་མདོན་  
སྒྲུ་མཐོང་བ་ཡིན་ལ། དག་པའི་དཀྱིལ་འཁོར་དུ་རུས་མ་བརྩའི་རོ་བོ་ཡིན་  
ནོ། །རང་བཞིན་རྣམ་དག་ཆོས་ཉིད་འོད་གསལ་གཞུག་མའི་སེམས་ཡེ་ཤེས་  
ཀྱིས་བསྐྱས་པ་དང་། དེའི་གོ་འབྱེད་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རྒྱ་ལས་དག་པ་ལྟ་བུ་འདས་  
པའི་སྒྲུང་བ་འབྱུང་ཞིང་། བསྟོད་བྱེད་ལས་ཀྱི་རྒྱ་དང་ལྟན་ཅིག་པའི་གཟུང་

འདྲིན་ཅན་གྱི་སེམས་ལས་མ་དག་འཁོར་བའི་སྣང་བ་འབྱུང་བའི་ཕྱིར། འདིར་  
རང་གནས་ཚེས་ཉིད་འོད་གསལ་གྱི་རང་དུ་མ་དག་པའི་རྒྱུ་སེམས་བསྐྱམ་ནས་  
འགག་པར་བྱེད་པའི་ཐབས་གྱི་ཐུར་ལམ་འདིས་ནི་སྒྲོས་རྗེས་སུ་དཔག་པའམ་  
བཅོས་པ་མིན་པར་རང་བཞིན་ལྟན་སྒྲིས་འོད་གསལ་གྱི་དྲགས་སྣང་མངོན་སུམ་  
ལམ་དུ་བྱེད་པའི་ཕྱིར་རྫོགས་ཤིང་ཡིན་ལ་ལམ་འདི་ལྟ་བུས་འཕོ་མེད་དོ་རྗེ་ལྟ་  
བུའི་ཡེ་ཤེས་གྱི་སྒྲ་ཆོའདིར་འགྲུབ་བྱས་པའི་བདེ་ཁིང་ཐུར་བའི་ལམ་མཚོག་  
མཐར་ཐུག་ཡིན་ནོ། །ནམ་མཁའི་རྒྱུད་དབུ་མར་འདུས་པ་ལས་སྒྲིན་མེད་མཁའ་  
སྣང་འདིའམ། ཐབས་གྱི་ཕྱོགས་གྱི་ནམ་མཁའི་རྒྱུད་འདུས་པས་འོག་ཏུ་འཁྱེད་  
འགྱུར་མཚོག་གི་ཆའི་དྲགས་ཀྱང་སྐབས་འདིར་འབྱུང་བའང་ཡོད་དོ། །འཁྱེད་  
འགྱུར་གྱི་ཐིག་ལེ་ལྟ་བུ་དང་གོང་བཤད་ལྟ་བུ་ཤེས་རབ་ཕྱོགས་གྱི་རྒྱུ་ལྟ་འདུས་  
པ་ཡིན་པས་ཁམས་ལྟའི་རྒྱུད་འདུས་པ་ཡིན་ནོ། །སྐབས་འདིར་ཐབས་ཤིགས་  
ལྟ་འདུས་གྱི་རྒྱུ་ལྟ་བུ་ལྟའི་རྒྱུད་དང་། ཤེས་རབ་ལུས་ལྟ་གཤམ་ཕྱོགས་གྱི་  
རྒྱུ་ལྟ་འབྱུང་བའི་ཁམས་ལྟའི་རྒྱུད་དུ་བྱས་པ་གོ་དགོས་གྱི། སྒྱིར་སྣ་བྱུག་གཤམ་  
རྒྱ་ཐབས་དང་། གཞུལ་རྒྱ་ཤེས་རབ་ཟེར་བ་དང་མི་འདྲའོ། །ཐབས་གྱི་ཕྱོགས་  
གྱི་གཞུལ་ནས་བསྐྱེད་ཤིང་གྱིས་འཁྱེད་པའི་འབྱུང་བའི་རྒྱུ་དབུ་མར་འདུས་  
པ་ལས་རྒྱུ་གི་རྒྱུ་དབུ་མར་འདུས་པས་སེར་པོ་འབར་བའི་རྣམ་པ་འབྱུང་སྟེ་  
སྒྲིན་མེད་པའི་ནམ་མཁའ་ལ་མེ་འོད་ཀྱིས་བྱུང་བ་དང་། ཐབས་ཀའི་མེ་ལྟ་བུ་  
དང་། དྲགས་མེས་ཚོག་པ་ལྟ་བུའི་རྣམ་པ་དང་། མེ་ལྟེ་གཤམ་གཞུལ་དུ་རྒྱ་

དུས་ཀྱི་འཁོར་ལོའི་རྫོགས་རིམ་རྫོང་རྫོང་རྣམས་འབྱོར་གྱི་དགོངས་གནད། ༡༡

ཞིང་འབར་བ་སོགས་འབྱུང་སྟེ། དེར་སེར་པོ་གཙོ་བོ་ཡིན་ལ། གཞན་ཁ་དོག་  
མ་དེས་སྒྲ་ཚོགས་འབྱུང་བ་སོགས་གོང་དང་འདྲ་བྱུང་བར་ཕྱན་ཁང་དུ་དམར་  
པོ་ཤས་ཆེ་བ་དང་། སྒྲིན་མེད་པའི་མཁའ་ལ་དཀར་པོ་ཤས་ཆེ་བར་འཆར་ཞེས་  
བྲམ་མ་གོང་མ་འགས་གསུངས། དེ་ཡང་མཐའ་གཅིག་དུ་མ་དེས་པར་འདུག་  
ཅིང་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་འབར་བའི་རྣམ་པ་ཅན་དུ་བྱུང་ན། ཁ་དོག་རི་ལྟར་བྱུང་བུང་སེར་  
པོ་འབར་བའི་ཕྱོགས་མཐུན་དུ་བསྟ། མེ་རླུང་དབུ་མར་འདུས་པས་དཀར་པོ་  
འབར་བ་ནི་རྒྱ་བའི་རྣམ་པ་ལྟར་དཀར་ལམ་ལམ་པ་ཅན་ཡིན་པས་རྒྱུད་ལས་  
རྒྱ་བ་ཞེས་གསུངས། འདི་ལ། འོད་དཀར་པོ་དང་། རྒྱུག་བ་དང་། སྒྲོ་སྒྲར་  
དང་། མཐོངས་ཀ་ནས་རྒྱ་ཟེར་ཤར་བ་དང་། ཆོས་གཅིག་ནས་བཙོ་ལའི་བར་  
གྱི་རྒྱ་བའི་གཞུགས་སྒྲ་ཚོགས་པ་དང་། ཕྱོགས་ཐམས་ཅད་འོད་ཟེར་དཀར་  
པོས་བྱུང་བ་སོགས་མདོར་ན་ཁ་དོག་དཀར་པོ་ཤས་ཆེ་བའི་རྣམ་པ་སྒྲ་ཚོགས་  
པ་འབྱུང་སྟེ། རྒྱར་མདའ་འཕྲོ་བ་དང་ལྷགས་སྒྲོག་ལྟར་འབྲེལ་བ་དང་། རྒྱ་  
ལོང་བ་སོགས་འབྱུང་ངོ་། །རྒྱ་རླུང་དབུ་མར་འདུས་པས་དམར་པོ་འབར་བ་  
ཉི་མ་ལྟ་བུའི་སྒྲ་བ་འབྱུང་སྟེ། ཉི་དཀྱིལ་མ་མཐོང་ཡང་། རི་རྩེ་ཁང་བ་ལ་  
སོགས་པའི་མཐིལ་དུ་ཉི་འོད་ཕོག་པ་ལྟ་བུ་དང་། སྒྲོ་སྒྲར་དང་མཐོངས་དཀར་  
ནས་ཉི་འོད་བྱུང་བ་ལྟ་བུ་དང་། ཕྱན་ཁང་ནང་དུ་ཉིན་མོ་ལྟར་མཐོང་བ་དང་ཉི་  
མའི་དཀྱིལ་འཁོར་ལྟ་བུ་འོད་ཟེར་གསལ་བ་དབྱིབས་དང་ཁ་དོག་མ་དེས་པ་  
དང་། འོད་གསལ་འཆོར་མི་བཞོད་པ་དང་། དམར་སྒོ་རེ་བ་འོད་མེད་པ་དང་།

དགྲིལ་འཁོར་ལྟ་དང་ལྟ་མེད་སོགས་འབྱུང་། ས་རྒྱུད་དབུ་མར་འདུས་  
པས་ནག་པོ་འབར་བ་དོ་རྩེ་སྟེ་སྒྲ་གཙན་གྱི་ཉམས་སམ་རྣམ་པ་ཅན་ནི། རིན་  
པོ་ཆེ་ནག་པོ་ལྟ་བུ་དང་། མིག་གི་རྣམ་པ་ལྟ་བུ་དང་། མཚན་མོའི་སྒྲིན་དང་  
སྒྲུག་པ་བཞིན་ནག་ལིང་ལིང་བ་དང་། བག་བུན་བུན་པ་དང་། བག་སྒྲོར་སྒྲོར་  
བ་དང་། བག་རིལ་རིལ་བ་སོགས་ཆེ་ཆུང་མང་ཉུང་དབྱིབས་མ་དེས་བ་སྒྲ་ཚོགས།  
དྲུངས་ཤིང་སྒྲིབ་པ་མེད་པ། མདོར་ན་ཁ་དོག་ནག་པོ་ཤས་ཆེ་བའི་ཁ་དོག་དང་  
རྣམ་པ་སྒྲ་ཚོགས་འབྱུང་ཞིང་ལྟོ་འགྲོའི་དབྱིབས་དང་ཁོ་ཞལ་གྱི་རྣམ་པར་སྒྲུང་  
བ་ཀུན་གྱི་དབྱིབས་འདིར་འབྱུང་ཞེས་བྲུ་མ་གོང་མ་འགའ་ཞིག་གསུངས། ལུས་  
གྱི་སྟེང་གི་སྒྲིགས་ན་གནས་པའི་རྣམ་མཁའི་རྒྱུད་དབུ་མར་འདུས་པས་མཚོག་  
གི་ཆ་སྟེ། སྒྲིག་འོད་གྱི་རྣམ་པར་འབྱུང་བ་ནི། དང་པོ་སྒྲིག་ལྟར་འོད་ཁྱག་ཁྱག་  
པ་དང་། དེ་ནས་འོད་ཆེས་པས་བྱུང་བ་སྒྲ་མ་ལས་ལུན་རིང་བ་དང་། མཐར་  
གོམས་ནས་འོད་ཆེས་མེ་བ་ཞིག་གིས་བྱུང་བའི་རང་ནས། འོད་ཕྱ་མོ་མང་པོ་  
གསོ་ཞིང་འབྱུག་པ་འབྱུང་ངོ་། །དེ་ལྟར་ལྟ་བུ་དེ་རྣམས་ཐབས་གྱི་སྒྲིགས་འབྱུང་  
བ་ལྟ་འདུས་པ་ཡིན་པས་ལུང་པོ་ལྟའི་རྒྱུད་འདུས་པ་ཞེས་བྱའོ། །འོག་ཏུ་ཡེ་ཤེས་  
གྱི་རྒྱུད་འདུས་པ་ལས་ཐིག་ལའི་རྣམ་པ་འབྱུང་སྟེ། ཁ་དོག་སྒྲིན་པོ་གཙོ་བོ་ཡིན་  
ཡང་གཙིག་ཏུ་མ་དེས། དབྱིབས་དང་ཆེ་ཆུང་མ་དེས་པ་འབྱུང་སྟེ། ཁ་དོག་  
དུག་པོ་རེ་རེ་བ་དང་། གཉིས་ལྡན་ནས་དུག་ལྡན་གྱི་བར་དུ་འབྱུང་ཞིང་ཐིག་  
ལེ་རྒྱུ་པོའི་ནང་སྟོང་པ། ཐིག་ལེ་རང་འདྲ་པས་གང་བ་དང་། ཁ་དོག་མི་འདྲ་



དུས་གྱི་འཁོར་ལོའི་རྫོགས་རིམ་རྩི་རྩེའི་རྣལ་འབྱོར་གྱི་དགོངས་གནད། ༩༡

བ་སྒྲ་ཚོགས་པ་ས་གང་བ་དང་། དབྱིབས་དང་ཆེ་ཆུང་མ་དེས་སྒྲ་ཚོགས་པ་རྒྱུ་དང་། དེ་ལྟར་ཉིན་རྟག་ལ་དྲུག་ལ་ཤས་ཆེར་མཐུན་པར། ལུས་ཉམས་འཇམ་ཁིང་བདེ་བ། ལུས་ཡོད་དུ་མི་ཆོར་བ། དག་རྒྱུད་རྒྱ་བ་མི་མངོན་པ་ཅམ་དང་། སེམས་ཉམས་གསལ་སྟོང་རྟོག་མེད་དུ་མིང་འཇགས་པ་འབྱུང་བ་དང་། ལྷ་བས་འདིར་གཡང་བ་བ་སྒྲ་མ་བྱེད་པའི་འཛིགས་པ་དང་། གང་ཡང་མེད་སྒྲ་པ་འབྱུང་ཞེས་ཀྱང་གོང་མ་ཁ་ཅིག་གསུངས། དེ་ལྟར་དུ་སྟགས་རྟགས་བརྒྱ་སྟོ་སྟེ་མིང་དང་རྣམ་པ་མཐུན་པར་འཆར་ཁིང་ལུས་ཉམས་སྟགས་ཐམས་ཅད་ཆང་བ་གོ་རིམ་དེས་ཅན་འབྱུང་བ་དེས་པའི་རྟགས་དང་། རྟོགས་མཐུན་གྱི་སྒྲ་བ་གཞན་འཆར་བ་ལམ་དེས་པའི་རྟགས་ཞེས་ཐ་སྟད་མཛོད། མ་དེས་པའི་རྟགས་དེ་ཡང་འདི་ལྟར་སྒྲུང་དབུ་མར་ཚུད་པས། རིང་བཤམ་བྱིམ་སྟགས་ས་ཡི་རྟོགས་གྱི་སྒྲ་བ་དང་། རྒྱ་རྒྱུད་ལས་མཚོ་དང་འབབ་རྒྱ་སྟགས་དང་། མེ་རྒྱུད་ལས་མེ་འབར་བ་སྟགས་དང་། རྒྱུད་གྱི་རྒྱུད་ལས་འཕྱུར་མ་བཞེར་བ་སྟགས་དང་། མཁའ་རྒྱུད་ལ། བས་མཁའ་དང་། བར་སྒྲ་དུག་སྟོང་སྟགས་སྐྱབས་སྟོང་པའི་རིགས་དང་། རས་ཡུག་སྟོན་པོ་བརྒྱུད་པ་འདྲ་བ་སྟགས་སྒྲ་ཚོགས་འབྱུང་། གཞན་ཡང་སྒྲུང་གསོག་ལ་ཉི་ཟེར་སྟགས་པ་འདྲ་བ་སྟགས་དང་། འཇའ་འོད་ལྷ་མོ་དང་། རྒྱ་བྱམ་བྱམ་པ་སྟགས་འབར་བ་དང་། རླབ་པའི་རྣམ་པ་ཅི་རིགས་པར་བརྟུ་བ་དང་། གསེར་མིག་ལྟ་བུ་དང་། རྩེ་ལྗང་སྟགས་ཉི་མར་བརྟུ་བ་དང་། ཤིང་སྟོང་གི་གྲིབ་མ་འདྲ་བ་དང་། སྒྲུང་བྱ་གཤམ་སྟགས་སྒྲ་

གཙན་དང་། སོག་མདའ་འམ་མེ་མདའ་འཕང་བ་འདྲ་བ་སོགས་ཁ་དོག་མ་  
རེས་པ་ཕྱ་མོ་རྒྱག་པ་གྲོག་དང་། ཁ་རྒྱངས་ལྟ་བུ་དང་། མགལ་མེ་བསྐྱོར་བ་  
ལྟ་བུ་དང་། བྱ་ལྗིང་བ་འདྲ་བ་སོགས་ཐིག་ལའི་རིགས་སུ་གཏོགས་ཞེས་སྒྲ་  
མ་དག་གསུངས། རྒྱག་པ་མཁས་གྲུབ་འགས་ཞལ་རྒྱུན་ལ། རྟགས་སྒྲུང་ཐམས་  
ཅད་རྟགས་བརྩའི་ཁོངས་སུ་འདུ་ལ། རྟོང་ག་ཟུགས་ལུལ་སྒྲུངས་སོགས་མཐོང་  
བ་ལུང་ཙམ་མི་གཡོ་ལ། དེ་ནས་ཡང་སྒྲིན་ལྟར་ཡལ་འགོན་དུ་རྟགས་རགས་  
བ་དེའི་ཆ་ཤས་རགས་བ་ནས་གཡོ་ཁོང་སྒྲེ་འཛིག་བྱེད་བ་དུ་རྟགས་དངོས། ཆ་  
ཤས་ཕྱ་མོ་ནས་གཡོན་སྒྲིག་རྒྱུའི་རྟགས། འོད་བཙས་གཡོ་ཁོང་སྒྲེ་འཛིག་བྱེད་  
ན་མེ་བྱེད་རྟགས། འོད་བཙས་མི་གཡོན་མར་མེའི་རྟགས། དེ་རྣམས་གཅིག་  
གི་གཅིག་བསྒྲིབ་བ་ལ། སྔ་ཚུན་མི་སྒྲིབ་དྲུངས་གསལ་ནམ་མཁའི་རྟགས།  
དེ་བཞིས་གཞན་ལ་རིགས་འགྲེ་གསུངས་ཞེས་རྗེ་བཙུན་སྒྲོལ་མགོན་གསུངས།  
ཉམས་གཞན་ཡང་རྒྱུད་གི་ལུས་ངག་ཕྱི་ལ་བསྒྲུད་མི་འདོད་པ། སེམས་བརྟན་  
པ། རྒྱུ་རྒྱུད་གིས་འཇམ་མཉེན་གྱི་དང་རྒྱུད་སོགས་དང་། མེ་རྒྱུད་གི་འཕྲོ་གྲོད་  
བཀྲེས་སྒྲོམ་སོགས་དང་། རྒྱུད་གི་རྒྱུད་གིས། རྒྱུད་གིས་བྱེད་བ་ལྟར་ནམ་མཁའ་  
འགོ་སྒྲུམ་བྱེད་པ། ལུས་འབར་པ། སེམས་གསལ་སྒྲོང་ཤས་ཆེ་བ་སོགས་  
དང་། མཁའ་རྒྱུད་གིས་ལུས་མེད་སྒྲུམ་བྱེད་པ། སེམས་ཉམས་ཅི་ལ་འང་ཐོགས་  
རིག་མེད་པར་སྒྲོང་སང་སང་བར་སྒྲུམ་པ་སོགས་འབྱུང་། གཉིད་དུས་སྒྲུབ་  
མོའི་འོད་གསལ་གཉིད་དུ་གསལ་སྒྲོང་གི་ཉམས་སྒྲོང་བྱུང་བ་དང་། རེས་

དུས་ཀྱི་འཁོར་ལོའི་རྫོགས་རིམ་རྩི་རྩལ་འབྱོར་གྱི་དགོངས་གནད། ༩༡

ཐམས་ཅད་གསལ་ལྟམ་མེན་མ་ལངས་པ་ལྟ་བུ་འོད་གྱིས་བྱུང་བ། རིག་པ་  
དྲངས་གསལ། ཐམས་དྲངས་པའི་ངང་གཉིད་དུ་མ་སོང་བ་འདྲ་ལ་སང་རྒྱལ་ཡོད་  
པ་སང་མ་ཐག་ཐུན་ཁང་དུ་སྟོང་གཟུགས་གྱིས་བྱུང་བ། གཞིམ་མེད་ཀྱི་སྐྱེ་རྩིས་  
མཐུན་ཆོར་བའང་ཡོད། གཉིད་དུ་འགོ་ཁར་ས་ལ་བྱིང་བ་སྟམ་བྱིང་བ་དང་།  
འོད་ཟུག་ཟུག་པ་ན་བར་གཅིར་རོང་གིས་འོང་འོད་གསལ་ངོས་མ་ཟིན་གོང་དུ་  
གཉིད་མི་བདེ་བ་དང་། འདྲེ་གཞོན་འདྲ་བ། ལུས་སྦྱིད་པ་འོང་ཡང་ལྷུང་དུ་  
ཟིན་པའི་རྟགས་ཡིན། དེ་ནས་གསལ་སྟོང་དང་རིམ་བས་བདེ་བ་འཆར་རོ། །  
མ་ངེས་པའི་རྟགས་འདི་རིགས་སོར་སྤྱད་ནས་བསམ་གཏན་དངོས་གཞིའི་བར་  
ནམ་ཡང་ངེས་མེད་དུ་འཆར་རོ། །ཁྱད་པར་རྩི་རྩལ་འབྱོར་བས་ཁྱེད་ཀྱིས་  
བརྒྱབ་པའི་ཉམས། དང་པོར་སེམས་མི་རྟོག་པར་བྱུང་བའདུག་གནས་ཤིང་རྟགས་  
སྤྱང་ཅི་རིགས་མཐོང་བ་ནས་བརྒྱམས་ཏེ། སེམས་མི་རྟོག་པ་རང་ཤུགས་སྤྱ་  
གནས་པའི་ངང་ནས། ལུས་ཉམས་འཕར་འདར་གཡོ་བ་དྲག་པོ། རྩོག་ར་  
མཆོང་རྒྱག་དང་། དག་སྐྱ་དགོད་དང་སྤྱ་ལེན་སྤྱགས་ཆོགས་ཀྱུ་ཅོ་འདོན་པ་  
སོགས་དང་། ཐོག་མར་གསལ་ལ་སྟོང་དྲང་ཅམ་ལས་འབྱུང་ལ། བྱིས་བདེ་  
ཉམས་ཆེན་པོ་དང་བཅས་ཏེ་འབྱུང་། དེ་ཡང་མཉམ་བཞག་རྟོག་མེད་ངང་ནས་  
དེད་གཤེད་འདོད་མེད་ཀྱང་ཕལ་ཆེར་རྩིས་ཐོབ་ཏུ་དག་འསྦྱོམ་ཁྱོ་ཁྱོ་འཆོག་རྒྱག་འདོད་  
སོགས་འདོད་བྱིར་འདོད་སོ་དྲུག་གི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཆ་ཤས་བབ་པ་དག་ཡོད་ལ།  
ཉམས་གང་ཤར་བྱུང་རྒྱལ་དུ་བསྐྱུངས་པས་སྦྱོན་ལས་གྲོལ་བས་ཡོན་ཏན་གོང་།

འཕེལ་དུ་འགྱུར། ཉགས་འདི་ནམས་སོར་སྤྱད་ནས་ཚོམ་སྟེ་གོང་མ་ནམས་སུ་  
ཡོན་ཏན་ཡར་ལྡན་དུ་འགྱུར། མདོར་ན་ཉགས་ཀྱི་ནམ་པ་ལ་ཚད་བཟུང་མེད་  
པའི་སྤང་བ་སྤྲོ་ཚོགས་ཡོད་ཀྱང་འོད་གསལ་ཉགས་བཅུ་པོ་དེའི་ཁོངས་སུ་མ་  
གཏོགས་པ་མེད་དོ། །དང་པོར་སྟོང་གཟུགས་མཐོང་བ་དེའི་རྗེས་སུ་སེམས་  
དང་མིག་མི་འབྲང་བར་སེམས་ནམ་མཁའ་གང་བལྟ་ས་དེར་ཅེ་གཅིག་གཏད་  
བ་གལ་ཆེ། གོམས་པའི་ཚད་ནི། ཏུས་ཀྱི་ཅུ་སྟེ་དབུ་མ་སྤྲུ་གཅན་གྱིས་རེ་ཁ་  
ནག་པོ་ཤིན་ཏུ་ཐ་བ་སྤྲུ་ཡི་ཚད་ཅམ་མཐོང་བའི་བར་དུ་འོ། །ཁྲོགས་པའི་རིམ་  
པ་ནི། མདོན་སུམ་གྱིས་ཚོས་ཉིད་འོད་གསལ་བའི་དོན་དང་ཉགས་མཐོང་བར་  
གྱུར་བ་ཡིན་པས་སྤྱོར་བ་ཡན་ལག་དུག་པོ་ཐམས་ཅད་ལ་མདོན་སུམ་བཞི་ཆར་  
གྱིས་ཆ་ཡོད་ཀྱང་། མོར་སྤྱད་གྱིས་སྟོང་གཟུགས་མཐོང་བ་འདི་དབང་མདོན་  
གཙོ་ཆེ་བ་ཡིན། དེ་ཡང་གཡི་སྤྱོད་དུ་གཏོགས་པའི་མིག་གིས་སྟོང་གཟུགས་  
ཁྲ་ཐབ་བ་ལྟར་མཐོང་བ་སྟེ། སེམས་ཀྱི་རང་བཞིན་འོད་གསལ་དོན་དམ་པའི་  
ཡེ་ཤེས་རང་ལ་ལྟན་སྟེས་སུ་ཡེ་ནས་བཞུགས་པ་ཉིད། ཐབས་ཀྱི་མན་ངག་  
ཟབ་མེའི་ལམ་བསྐོས་པས་མདོན་དུ་སྤྱང་བ་ཡིན་གྱི། ཀུན་རྫོབ་འབྲུལ་བས་  
བསྐྱས་པའི་ཉགས་མ་ཡིན་ནོ། །མོར་སྤྱད་འདིས་དག་བྱ་ཡེ་ཁམས་དུག་ཚན་  
སྤྱོད་། དག་བྱེད་མོར་སྤྱད་ཉགས་བཅུ། འདི་བསྐོས་པའི་འབྲས་བུ་གནས་  
སྐབས་སུ་སྤྲུགས་ཀྱི་བདེན་ཚོགས་བྱུང་བ་དང་། མཐར་འབྲས་སངས་རྒྱས་དུས་  
རྡོ་རྗེ་སེམས་དཔའ་ལོགས་ཡེ་ཤེས་ཁམས་ཀྱི་ལྟ་དུག་ཚན་གཅིག་གི་དཀྱིལ་འཁོར་

དུས་ཀྱི་འཁོར་ལའི་རྫོགས་རིམ་རྡོ་རྗེའི་རྣལ་འབྱོར་གྱི་དགོངས་གནད། ༡།

རང་འབྲམས་འབྲུང་བའོ། རྟགས་འདི་མཐོང་ནས་ལམ་མཐར་མ་བྱིན་པར་  
ཤིན་ཡང་། ཆེ་བྱི་མར་སྟགས་ཀྱི་རིག་འཛིན་དུ་སྦྱེས་ནས་མཐར་འབྲས་ཐོབ་  
ངེས་པར་རྒྱད་ལས་གསུངས་སོ། །སོར་སྤྱད་ཀྱི་ངོ་བོ་ནི། མི་གཡོ་སྟུང་ལྟ་  
ནམ་པར་མི་རྟོག་པའི་ཐབས་ཀྱིས་རྒྱུད་དུ་མར་སྤྱད་པའི་རྣམ་པ་ཅན་ནོ། །ངེས་  
ཆོག་བྱ་ཏུ་ཉར་སྟེ། ཐ་མལ་པའི་དབང་ལྷ་ཡུལ་ལྷའི་འབྲེལ་བ་གཅོད་ཅིང་རྣམ་  
ཤེས་ཡུལ་ལ་ཡོད་པ་བསྟུས་ནས། ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྤྱང་བ་ལ་མངོན་སྟུང་འཇུག་  
ཅིང་། ལེན་པའི་དོན་ཅན་ནོ། །འདི་ལམ་བྱི་མ་ལྷ་པོའི་གཞི་དང་སྤང་འགྲམ་  
ལྷ་བྱ་ཡིན་པས་རྟགས་ཆད་དུ་བྱིན་ངེས་འབྱོར་བར་བྱ་དགོས་སོ། །

གཉིས་པ་བསམ་གཏན་ནི། ལས་དང་པོ་བས་སྟོང་གཟུགས་གསལ་བའི་ཕྱིར་  
མཆན་མོའི་རྣལ་འབྱོར་གཅོད་པར་བྱེད་ཀྱང་། སྦྱིར་ཉིན་མཆན་གཉིས་ཀར་  
བསྒྲུབ་སྟེ་སྟོང་གཟུགས་གསལ་ན་ཁྱད་མེད་དོ། །ལུས་དག་སེམས་གསུམ་གྱི་  
གནད་སྒྲུལ་དང་འབྲེལ་ཡང་། དམིགས་པ་སྟོང་གཟུགས་དེ་འབའ་ཞིག་ལ་གཏད་  
ནས་སེམས་གནས་པ་བསྐྱབ་པ་ཡིན་ཏེ། སྟོང་གཟུགས་མཐོང་བ་ཁོ་ནས་མི་  
ཆོག་ སྟོང་གཟུགས་ལ་དམིགས་པའི་སེམས་བརྟན་ཆ་ཐོབ་པའི་ཕྱིར་འདི་བསྒྲུབ་  
པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ཡང་སྟོང་གཟུགས་ཕྱོགས་སུ་འཕྱོ་བའི་རྗེས་སུ་མི་འབྲང་བར་  
ལྷ་སྤངས་དང་རིག་པ་དང་པོའི་གཏད་ས་དེར་ཁོ་ནར་གཏད་ཅིང་། སྟོང་གཟུགས་  
ལ་དབྱུད་ར་སོགས་རྣམ་རྟོག་གཞན་གང་ཡང་མི་འཇུག་པར་མཐོང་བ་དེ་དང་  
མི་འབྲེལ་བར་བྱ་བ་ཅུམ་གནད་དོ། །ཅིས་ཀྱང་སེམས་འཕྲོ་ན་སྟོང་གཟུགས་

ལ་འབའ་ཞིག་ལས་གཞན་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་བཅད་དེ་སྟོང་གཟུགས་ཆ་སྤྱོད་མེད་  
དབུས་སུ་སེམས་ཞུགས་ནས་ཐིམ་པ་ལྟར་གཏད། དེ་ལྟར་རྒྱན་བསྐྱེད་ས་བས་  
སྟོང་གཟུགས་ལ་དངོས་པོའི་མཚན་མ་མེད་པར་རང་སེམས་ཀྱི་རྩ་ལ་སྤྱང་ཅམ་  
དུ་རྟོགས་པའི་རྣམ་ཀུན་མཚོག་ལྟན་གྱི་སྟོང་ཉིད་ཅི་རིགས་མངོན་སུམ་ཉམས་  
སུ་མྱོང་བའི་ཤེས་རབ་ལྟག་མཐོང་གི་ཆ་དང་རང་བཞིན་གྱིས་མི་འབྲལ་བའི་  
མཁའ་ལྟར་གཡོ་མེད་དྲངས་པའི་སེམས་གནས་ཀྱི་བསམ་གཏན་འབྱུང་སྟེ། གང་  
ཞིག་སྟོང་གཟུགས་ཀྱི་སྤྱི་རགས་པ་མཐོང་བའི་རྟོག་པ། དེའི་བྱེ་བྲག་འབྱེད་  
བའི་དཔྱོད་པ། སེམས་ལས་སུ་རུང་བའི་ཤིན་སྤྱངས་ཀྱིས་སམ་དཔེན་པ་ལས་  
སྤྱོས་པའི་སྟོན་མེད་ཀྱི་དགའ་བས་ཡིད་དགའ་བ་ལུས་ལས་སུ་རུང་བའི་བདེ་  
བ་དང་བཅས་པའི་སེམས་ཅེ་གཅིག་པར་གྱུར་པའི་བསམ་གཏན་ཡན་ལག་ལྟ་  
ལྟར་འབྱུང་ངོ་། །འདི་བསམ་གཏན་དང་པོའི་ཡན་ལག་ལྟ་དང་མིང་གཅིག་  
ཀྱང་བསམ་གཏན་དང་པོའི་དངོས་གཞིའི་ཡན་ལག་ལྟ་ཡིན་པའི་ངེས་པ་མི་དགོས་  
ཏེ། བསམ་གཏན་དང་པོའི་དངོས་གཞིའི་སེམས་ནི་འདོད་ཉོན་སྤང་ཟེན་པའི་  
ཡན་ལག་ལྟ་ཡིན་པས། འདིར་འདོད་པའི་སས་བསྐྱས་ཀྱི་ཞི་གནས་གྲུབ་པ་  
ལའང་ཡན་ལག་ལྟ་ཡོད་པ་ཡིན་ནོ། །མདོར་ན་སྟོང་གཟུགས་ལ་དམིགས་རྟེན་  
བྱས་ནས་འདོད་སེམས་ཅེ་གཅིག་པ་བསྐྱབ་ཅིང་། སྤྱར་ཡང་ཤིན་སྤྱང་གི་བདེ་  
བ་ས་ཟེན་པའི་ཞི་གནས་སྟོན་མེད་གྲུབ་པ་ནི་བསམ་གཏན་གྱི་ཉམས་ལེན་དངོས་  
གཞི་ཡིན་པས་དེས་གོ་ཚད་ལ་ཆེར་གོ་མས་པས་བསམ་གཏན་བཞི་སོགས་དང་

དུས་གྱི་ལམ་ལུ་འཛིན་པ་མེད་པའི་རྣམས་ལ་འཕྱོང་གི་དགོངས་གནད། ༡༡

བརྟན་ཆ་མཚུངས་པའི་ཉིང་འཛིན་གྲུབ་ན་སྒྲོས་ཅི་དགོས་སོ། །སྐབས་འདིར་  
ཡན་ལག་ལྔ་བཟང་ཚུལ་ལ། ཅུ་གཅིག་སེམས་པ་བསམ་གཏན་གྱི་དོ་བོར་  
བྱས་ནས། ཤེས་རབ་རྟོག་དཔྱད་དགའ་བདེ་ལྔ་ཡན་ལག་ཏུ་བྱས་ཏེ། འོད་  
གསལ་རྟགས་བརྩམས་སེམས་ཅུ་གཅིག་གཏོང་བ་ཤེས་རབ། རྟོག་པ་ཞེས་སྟོང་  
གཟུགས་དེའི་མཚན་ཉིད་རང་སེམས་ཅམ་དུ་ཉམས་སུ་སྦྱང་བ་དང་། རྟགས་  
སྟངས་དེ་ཉིད་ལ། ཡུལ་ཡུལ་ཅན་སོགས་གྱིས་སྒྲོས་མཚན་གང་དུ་འང་མི་གནས་  
པར་ཉམས་སུ་སྦྱང་བ་དཔྱད་པ། ཕྱི་རོལ་ཏུ་སྤར་མེད་གྱི་འོད་གསལ་བའི་རྟགས་  
རྣམས་མཐོང་བས་དགའ་བ། བད་དུ་ཉིང་དེ་འཛིན་གྱི་བདེ་བ་མི་གཡོ་བ་བདེ་  
བའི་ཡན་ལག་ཡིན་ལ། དེའི་དབང་གིས་ཡུས་སེམས་ཤིན་མུང་གི་བདེ་བ་འང་  
དེའི་ཡན་ཡོན་ནོ། །དེ་ཡང་དང་པོ་ཤེས་རབ་རྒྱུད་པ། དེ་ནས་རིམ་གྱི་རྟོག་པ་  
དང་གཉིས་ལྔ་དཔྱད་པ་དང་སྒྲུལ་ལྔ། དགའ་བ་དང་བཞི་ལྔ། བདེ་བ་  
དང་ལྔ་ལྔ་དུ་འབྱུང་སྟེ། ལྔ་པོ་ཚོགས་པ་དེའི་ཆེ་བསམ་གཏན་གྱི་ཡན་ལག་  
རྟོགས་པར་སྒྲེས་པ་ཡིན་ཞེས་ཁྲིད་ཡིག་མཐོང་བ་དོན་ལྔ་ན་སོགས་སུ་གསུངས།  
གང་ལྟར་ཡང་དོན་འདྲ་སྟེ་རྟགས་སྟངས་ལ་བརྟེན་ནས་ཞི་ལྟག་བྱུང་འཇུག་གི་ཉིང་  
འཛིན་བསྐྱབ་པ་ཡིན་ནོ། །ཁོར་བསམ་གྱི་རྟགས་སྟངས་ཆད་དུ་ཕྱིན་པ་ན། འོད་  
གསལ་གྱི་རྟགས་སྟངས་སྤར་ལས་ཆད་མེད་པ་འཕེལ་ཞིང་། དབུ་མའི་རྩ་ལ་རི་  
མོ་ནག་པོ་སྒྲ་ཡི་ཆད་ལྟར་སྤར་བའི་ནང་དུ་ཐིག་ལེ་སྤར་མའི་དཀྱིལ་དུ་སངས་རྒྱས་  
གྱི་སྒྲ་གཟུགས་དང་། གཞན་ཡང་ཁམས་གསུམ་བརྟན་གཡོའི་སྤྱང་བ་རབ་

འབུམས་དང་། གཞོམ་མེད་ཀྱི་གཟུགས་སྒྲིབ་རོ་རེག་བྱའི་དོ་རྗེའི་སྣང་བརྟན་  
མཐའ་ཡས་པ་འཆར་ཞིང་ཁ་དོག་སྒྲ་ཆོགས་པ་དེ་དག་འོད་འཕྲོ་བ། ཆ་ཕྱ་བ།  
འཆོར་བ། འདར་བ། གཞིག་པར་དཀའ་བའི་ཆོས་ལྷ་ལྟན་དུ་མཐོང་ཞིང་།  
དེ་དག་རང་བཞིན་མེད་པ་རང་སྣང་ཙམ་དུ་ཤེས་ནས། རྣམ་ཀུན་མཆོག་ལྟན་  
ཀྱི་སྟོང་ཉིད་ཉམས་སུ་སྤྱོད་བའི་ཞི་ལྷག་ཟུང་འཇུག་འགྲུབ་ཅིང་། རྒྱུང་སེམས་  
ལ་དབང་ཐོབ་པར་འགྱུར་བའི་ལམ་ཁྱད་པར་ཅན་ཡིན་ཞིང་། དེའི་མཐུས་སྣང་  
བ་ཐམས་ཅད་སྒྲུ་མ་ལྟར་རྟོགས་པ་བྱུགས་ཀྱིས་འབྱུང་ངོ་། །འདིར་ནི་ལྟའི་  
མིག་གི་དབང་པོའི་མངོན་སུམ་སྟེ། དེ་ལས་མངོན་ཤེས་ལྷ་འགྲུབ་པ་ཡིན་ཞིང་།  
གཞན་ཡང་སོར་སྤྱད་ཀྱི་རྟགས་སྣང་ལས་ཀྱང་གསལ་ལ་རྒྱུ་ཆེ་བ་བརྟན་པ་དང་།  
རྟགས་བརྩའི་ཐ་མ་ཐིག་ལའི་ནང་དུ་རྟགས་གཞན་དགུ་ཅི་རེགས་འཆར་བ་དང་།  
རྟགས་བརྩ་ཆར་ཆང་བའི་ཐིག་ལེ་ལ་ཐིག་ལེ་ཆེན་པོ་ཞེས་འདོགས་པ་དང་། ཐིག་  
ལེ་ཆེན་པོ་ལ་མཉམ་པར་བཞག་པས། དམར་སེར་སོགས་ཁ་དོག་གཉིས་འདྲེས་  
ཀྱི་རྣམ་པ་དྲུངས་ཤིང་གསལ་བའི་དབུས་སུ། དང་པོ་དབུ་ཕྱག་སོགས་ནས་  
མཐར་ལྟ་སྒྲུ་ཡོངས་རྫོགས་སུ་འཆར་ཞིང་། བསམ་གཏན་གྱིན་ཏུ་བརྟན་པ་  
མཐར་སྟོན་ན་སངས་རྒྱས་ཡོངས་སྒྲིབ་གཟུགས་དེ་ཡང་ལུལ་ངེས་པ་ཐིག་ལའི་  
དབུས། དུས་ངེས་པ་མཉམ་རྗེས་ཐམས་ཅད། རྣམ་པ་ངེས་པ་མཆོན་དཔེ་  
ཡོངས་རྫོགས་སྟེ་ངེས་པ་གསུམ་ལྟན་དུ་འགྱུར་བར་གསུངས། གང་ཟེག་ལ་  
འཆར་ཚུལ་མཐའ་གཅིག་ཏུ་མ་ངེས་པར། ཡལ་ཆེར་དང་པོར་རགས་པ་དང་



དུས་ཀྱི་ལོར་ལིའི་རྫོགས་རིམ་དོ་རྗེའི་རྣལ་འབྱོར་གྱི་དགོངས་གནད། ༡༡

ཅུང་མི་གསལ་བ་མཐར་ཐུག་ཁོང་གསལ་བར་འགྱུར་བ་དང་། འགའ་ཞིག་སྤར་  
གྱི་ཏྲགས་སྤར་རགས་པ་དེ་བསམ་གཏན་བསྒྲོམ་བསམ་ཐུ་མོར་སོང་ནས་ཏྲགས་  
སྤར་ཡལ་ཏེ་སྒྲོམ་སྤར་བ་སྲིད་པ་ལ་རྗེས་བྱན་དུ་བཤད་པའི་ཡིད་ཀྱི་ཕྱག་རྒྱའི་  
རྣལ་འབྱོར་དང་བུམ་ཅན་བསྐྱེད་ཏེ་མི་གཡོ་སྤྱུལ་ལྟན་བསྒྲོམ་བསམ་ཏྲགས་སྤར་  
སྤར་ཡང་འཆར་བ་དང་། སྤར་རྒྱུན་ཏྲགས་སྤར་ཅུང་ཟད་རེ་མ་བྱུང་ན། བསམ་  
གཏན་སྒྲོགས་ཆོག་བཞིན་བསྒྲོམ་བསམ་སོར་རྒྱད་པ་འོང་ངོ་། ཐིག་ལའི་སྤར་  
བ་ལ་དབུས་སུ་སེམས་གཏད་ན་ཐ་བར་འགྱུར་ཁོང་། མཐའ་ལ་གཏད་ན་ཆེ་  
བར་འགྱུར་བ་ནི་སྤོང་གཞུགས་གཞན་ལའང་འདྲ། རགས་བ་ལ་བརྟན་བ་མ་  
ཐོབ་བར་དུ་དེ་ལྟར་བྱས་ཀྱང་འོང་ངོ་། །གཞན་ཡང་སྤོང་གཞུགས་ཀྱི་གསལ་  
ཆ་དང་། སྒྲོས་བྲལ་དབྱེར་མེད་ལ་མཉམ་བར་བཞག་པ་གོམས་བསམ་སེམས་  
གནས་ན་སྤོང་གཞུགས་གནས་གཡོ་ན་གཡོ། སེམས་ལེགས་པར་གནས་དུས་  
མཐོང་བྱ་མཐོང་བྱེད་ཐ་དད་པར་སྤང་བ་མཛོན་གྱུར་འགགས་པ་ནི་ཤེས་རབ་  
རྒྱད་ལ་སྦྱེས་པའི་ཆད་ཡིན། དེའི་ཆེ་སེམས་གང་གཏད་དེར་སྤོང་གཞུགས་ཅི་  
རིགས་འཆར་ཁོང་། ཐིག་ལེ་ཆེན་པོ་ལ་མཉམ་བར་བཞག་པ་ན་དེ་ནང་སངས་  
རྒྱས་ཀྱི་སྐུ་མཐོང་བ་སོགས་གོང་བཤད་བཞིན་འབྱུང་བར་གསུངས་སོ། །ངེས་  
ཆོག་ནི་རྒྱ་ན་ཞེས་དམིགས་པ་ལ་སེམས་རྩེ་གཅིག་པར་འཛིན་པའི་དོན་ཅན་  
ནོ། །བསམ་གཏན་འདིས་རྣམ་ཤེས་སོགས་མ་ཁའ་ཁམས་དག་མི་བསྐྱོད་  
པ་སོགས་ལྟ་མ་ཁའ་ཁམས་དུག་ཆན་གྱི་དཀྱིལ་ལོར་འགྲུབ་པོ། །སོར་བསམ་

སྐབས་སུ་སློག་ཆོག་ནི། བྱེད་བཅེངས་ཡིན་ཏེ། དེ་ལ་བྱེད་པ་ལྟ་ནི་དབང་པོ་  
ལྟའི་རྒྱུར། བཅེངས་པ་གཉིས་ནི་སློག་ཕྱར་གཉིས་བཅེང་བའོ། །དེའི་ཐབས་  
ནི། ཉིན་མཚན་གྱི་རྣལ་འབྱོར་གང་ཡིན་ཡང་འདྲ། མིག་གཉིས་ལྟ་བ་རྒྱ་ཆེན་  
མིན་པའི་ཕྱ་མོ་གཅིག་ལ་དྲག་ཏུ་བསྒྲིམ། ལྷུ་ཕྱག་ཏུ་བསྒྲོག་ མཆུ་དང་སྒྲ་དང་  
ན་བ་གསུམ་གཅུད་བཞིན་ཁོ་བོའི་གདོང་དུ་བྱ། ལུས་ཉ་བཞི་བསྒྲིམ་ཞིང་རྒྱང་  
སོར་བསྒྲུམ། ཁ་ཚུར་དང་སྒྲིལ་གྱུང་དམ་དུ་བྱ། དཔུང་བ་དྲག་ཏུ་བརྒྱང་བས་  
དབང་པོ་ལྟའི་རྒྱུང་འཆིང་། ལྟོ་བསྐྱལ་ཆོགས་ལ་གཅེར་བ་དང་། ཕྱིན་འཕེལ་  
ཀ་བསྐྱེད་པ་རེས་མོས་བྱ། དེ་ཡང་རེས་མོས་སྤྱར་པོ་མིན་པར་རྒྱ་ཆེན་རེ་ཙམ་  
སྒྲིལ་དགོས་སོ། །དེས་སློག་ཕྱར་གཉིས་འཆིང་བར་འགྱུར། དེ་ལྟར་བྱས་པས་  
སོར་སྤྱད་བསྒྲོམ་ཡང་ཉམས་ཉོགས་མ་སྒྲིམ་པ་ནམས་སྒྲིཅུང་ཟད་སྒྲིམ་པ་ནམས་  
གསོ། སྐྱེད་མ་བྱུང་བ་ལ་བོགས་འདོན་པ་ཡིན་ཡང་། ཐོག་མ་ནས་འདི་བསྒྲོམ་  
ན་ཆོགས་ཆེ། གོགས་ལྟང་བོགས་རྒྱུང་བས། བོག་ས་འདོན་མ་དགོས་ན་རང་  
བཞིན་བསྒྲོམས་པར་མི་བྱ། གཞན་ཡང་བོགས་འདོན་ཅི་རིགས་གཞན་ལས་  
ཤེས་པར་བྱ། སོར་བསམ་གཉིས་ཀྱི་ཉམས་སྤྱོད་བྱུང་བར་ཅན་སྒྲིམ་པ་རྩ་བ་ཟང་  
བའི་རིགས་འགའ་ཞིག་སློག་རྩི་ལ་ཆེད་དུ་མ་བསྒྲོམས་གྱུར། རྒྱུད་དཔུ་མར་  
རྒྱུད་ནས་གོགས་མེད་དུ་ཡོན་ཏན་ཕུན་སྤྱུམ་ཆོགས་པ་སྒྲེ་བ་དང་། བུམ་ཅན་རང་  
ཤུགས་ཀྱིས་འབྱོར་བ་གཙུག་གཏོར་དུ་རྒྱུང་སེམས་བསྐྱངས་པས་དོ་རྩེ་བསྐྱངས་  
བའི་བདེ་བ་བྱུང་བར་ཅན་ཐོབ་པ་འདྲ་ཡོད་རྒྱུད་དཔུ་མར་འདུས་པ་ཙམ་དང་།

དུས་གྱི་འཁོར་ལོའི་རྫོགས་རིམ་དོ་རྗེའི་རྣལ་འབྱོར་གྱི་དགོངས་གནད། ༡༡

དོ་རྗེ་བསྐྱངས་པའི་ཉམས་སྤྲོགས་མཐུན་འགའ་ཞིག་ལས་རིམ་བཞིན་སྒོལ་སྤྱད་  
གྱིས་འཕོ་བའི་གོགས་དང་འཛག་གོགས་སུ་གྱུར་བའང་སྤྲོད། ཅུ་འབྲིང་བ་  
མན་ཆད་ལ་སོར་བསམ་ཁོ་ནས་དེ་རྣམས་མི་འབྱུང་བར། སོར་བསམ་གྱི་  
རྗེས་སུ་སྒོལ་ཅུ་ལ་བསྒྲུལ་ན་ཉེ་བར་བྱོད་སྟེ། སློན་མཚམས་སུ་བདེ་བྱགས།  
སྤྱི་པོ་བཟུང་འབྲིག་གཡའ་སོགས་གཏུམ་མོ་རྩུང་བྱང་འབར་རྟགས་འབྱུང་། མེ་  
སྟོབས་རྩུང་། ཐིག་ལེ་སྟོབས་ཆེན། མགོ་དང་མིག་རྩུམ་མི་བདེ། བྱད་ཤ་འབྱུར།  
མངས་ན་མགོ་འཁོར། མེ་སྟོབས་ཆེན་འགའ་ལ་འཛག་གོགས་འབྱུང་ཉེན་  
ཡོད་པ་རྒྱུ་རྒྱུར་གྱིས་བསལ་དགོས། རྒྱུང་དབུ་མར་འཇུག་ཏུ་ཉེ་ཆོ། རྟགས་  
སྤྱང་རྣམས་དབང་པོའི་སྒྲོ་ནས་འཆར་བ་དང་བ་སྤྱིའི་སྒྲོ་ནས་འཇུག་པ་སོགས་  
འབྱུང་། མེ་སྟོབས་ཆེ་བས་སྤྱི་པོའི་ཐིག་ལེ་ཁྱེན་རྒྱུང་རྩུང་བྱང་མར་མནན་པས་  
རྟགས་རྣམས་ཀྱང་མྱི་དང་ནང་ནས་བྱར་དུ་འགོ་བདེ་ཉམས་འཕེལ། མེ་སྟོབས་  
རྒྱུང་ལ་རྒྱུང་གྱེན་དུ་སོར་བསམ་སྤྱི་པོའི་ཐིག་ལེ་འབྲུགས་པའི་རྟགས་སུ། རྟགས་  
སྤྱང་ནམ་མཁའ་ལ་འཁོར་བ་དང་། གྱེན་དུ་འགོ་བ་ཤས་ཆེ་ཁམས་ངན་པར་  
འབྱུར། རྟགས་སྤྱང་ནམ་མཁའ་མྱིང་བ་དེ་ཉ་ཅང་ཐལ་ན་གཙུག་ཏྱར་གྱི་སྒྲོ་  
ལྷག་ནས་འཕོ་ཉེན་ཡོད་པས་དབབ་པར་བྱ། རྩུང་པར་རྟོར་བསྐྱུས་དང་འཇམ་  
རྒྱུ་གསལ་བས་སྤྱིང་ཆ་མགོན། སློན་མཚམས་སུ་འདུས་ཤིང་གཙུག་པ་དང་  
འབྲིལ་བ་སྒྲུལ་བྱེད། སེམས་གསལ་སྟོང་འོད་གསལ་དུ་ཐིམ། འོད་སྒྲོར་དང་  
བཅས་པའི་རྟགས་སྤྱང་རང་གི་ལུས་ལ་ཉེ་བར་འཁོར། གཉིད་རང་སངས་ལ་

སོང་རྒྱུད་གི་རྒྱ་བ་དང་རྣམ་པ་རྩུང་བྱེད་མཐོང་། མིག་ན་གཙུག་ཏེར་ཟ་འཁྲིགས་  
སོགས་གོང་བཤད་བཞིན་བྱུང་ན། རྒྱུད་དབུ་མར་རྩུང་བྱེད་ཀྱང་། དེ་ལྟ་བུའི་  
མ་ཐུབ་པའི་རྟགས་ངེས་པ་ཅན་ཡིན། དེ་ལ་འབད་རྩིས་དྲག་པོར་བསྐྱོམ་ན།  
ཟུག་གཟེར་རྣམས་སྤར་བས་ཆེར་འགོ། སྒྲིན་མཚམས་ཡན་ཆད་སྤྲིད་ཅིང་  
མེད་པ་སྒྲུམས་བྱེད། དེ་ནས་འོད་སྒྲོར་རང་གི་ལུས་ཀྱི་ནང་དུ་འཁོར་བ་འབྱུང་  
ངོ་། རྒྱུར་འོད་སྒྲོར་དམའ་ས་ནས་ལངས་ཏེ་གུན་དུ་དྲག་པོར་འཁོར་བ་དེ་  
ཤིན་ཏུ་བཟང་བ་ཡིན། དེ་ཡན་ཆད་ཅམ་ལ་ཐུམ་ཅན་གྱིས་དབུ་མར་བརྟུག་  
ནས་འབེབས་སོགས་མ་བྱས་ཀྱང་འཕྲོ་གིགས་སུ་མི་འགྱུར་བ་ཤས་ཆེ་གསུངས།  
བྱེད་བཅིང་ལོག་པ་འཕམ་དེ་ལས་ཀྱང་ཐལ་ན་རྟགས་སྤར་སངས། ཐོགས་པའི་  
འདུ་ཤེས་ལུབ། གཟུགས་མེད་བཞི་དང་ཕྱོགས་འདུ་རུང་ཅམ་གྱིས་ཏིང་འཛིན་  
སྟེ། འདི་སྐབས་དང་པོར་དལ་བུས་འབེབས་མང་དུ་བྱས་ནས། མཐར་འབེབས་  
དྲག་པོས་བབ་ན་སྒྲོག་སྤྲིད་གིས་གིགས་སེལ་བར་འགྱུར། དེ་ལས་རྩུང་ཐལ་  
ནས་བརྒྱལ་བ་ལྟར་སོང་ན་འབེབས་དྲག་པོ་འགའ་ཞིག་གིས་དབབ་པར་བྱ།  
མཐར་འཕར་གཡོ་འདར་སྒྲུགས་སྒྲུ་འཕོག་ལྟ་བུ་ཡིང་དུ་བྱུང་བའི་མཐར་སེལ་  
འགོ་ལོ། འཕྲོ་བའི་གིགས་འོག་ཏུ་འབྱུང་བ་རྣམས་ཀྱང་འདི་དང་འདྲ་བས་  
ཆོད་བཟུང་ཞིང་བསལ་དགོས་སོ། རྫོང་བརྒྱས་སྐབས་འཇམ་རྒྱུད་ཐལ་ཡིང་།  
རྒྱ་བ་མི་ཆོར། ཤེས་པ་གསལ། མི་ལམ་འཇམ་ཉལ་སོང་། སྤྲོད་གཟུགས་  
གསལ་འཆར་སྤྲ་སེལ་འགོ་ན་ཡོན་ཏན་འཆར་བ་ཡིན། འཇམ་རྒྱུད་དང་རྫོང་།

དུས་གི་འཁོར་ལོའི་རྫོགས་རིམ་རྩི་རྩལ་འབྱོར་གྱི་དགོངས་གནད། ༡༡

བཟུངས་ལ་མཉམ་སྦྲུའི་སྐབས་སུ་ཕྱིར་འགོ་རྩི་བྱང་དང་གནས་པ་རྩི་རིང་བྱ། འཇམ་  
རླུང་མ་བྱང་བར་ཉ་ཅང་ཤུགས་དྲག་ན་རྒྱ་མ་སྒྲོམ་ཡོང་བ་དང་། དལ་བར་མ་  
མནན་བར་ཤུགས་དྲག་ན་མགོ་རྩི་སྒྲོན་བའང་སྤྱིད། འཇམ་རླུང་དུས་གི་བ་  
ཀོག་ཀོག་ཟེར། སྤྱི་བོ་ཟ། དབྱལ་བར་འབྱུང་ཡོང་བ་དང་། སྤྱི་བོར་བུ་ག་  
ཟང་ཐལ་ཡོང་བའང་སྤྱིད། དེ་སྤྱོད་ཅིང་འབེབས་དགོས་གོ་མས་ན་མཐོང་སྒྲུང་  
ཐམས་ཅད་ལྡང་མེར་འགོ། སྒྲུང་ཐིག་ལེ་ལྡང་གྲུ་ཕྱ་མོ་དང་། ཡོན་ཏན་འཆར་  
རྩལ་སྒྲུ་མ་དང་འདྲ་བ་ལས་ཆེས་བཟང་བར་འཆར་རོ། །ལུས་རྒྱ་ལུད་བ་ལྟར་  
འབྱུང་བའི་ཉམས་དང་། མི་ལྟས་རི་ལ་འབབ་འཛེགས་འཕུར་བ་དང་ཉ་རྒྱག་  
པ་སོགས་འབྱུང་། འབྱོར་ས་ན་མི་ལམ་འཇམ། ཟིན་སྦྲུངས་སྤེལ་སྒྲུལ་གྱི་རྣམ་  
ཐར་སོགས་ཤུགས་ལ་འབྱུང་རོ། །

གསུམ་པ་སྒོག་རྩི་ལ་ནི། ཀུན་རྟོག་གི་བཞོན་པར་གྱུར་བའི་རླུང་དང་དབང་དུ་  
འབྱུང་བའི་ཆེད་དུ་བསྐྱོམ་པ་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་རླུང་རོ་རྒྱུད་གི་ལམ་གཉིས་སུ་  
རྒྱ་བ་བཀག་ནས། རྒྱ་ཏིའི་འཁོར་ལོ་རྣམས་སུ་འགོ་འོང་བྱེད་ཅིང་རིམ་གྱིས་  
འགག་པར་བྱེད་པ་སྒོག་རྩི་ལ་དང་། དེ་ལྟ་མའི་ནང་གི་མི་ཤིགས་པའི་ཐིག་ལེ་  
ལ་ཐིམ་པར་བྱེད་པ་འཛིན་པ་གཉིས་གྱི་དང་པོ་ལ། ལུས་གནད་གཞན་སྒྲུར་  
དང་འདྲ། ལྟ་སྒྲུངས་བགོགས་མཐར་བྱེད་གྱི་ལྟ་བ་བདུད་རྩིའི་ལམ་དུ་སོན་  
པ་ཞེས། ཐད་ཀ་ལས་རྩུང་ཟད་གཉེན་དུ་སྒྲོགས་པ་སྤྱིན་མཚམས་སུ་ཤིག་གོར་  
ལྟ་བ་བདུད་རྩི་འབྱེལ་བའི་ལྟ་སྒྲུངས་འདི་སྒོག་རྩི་ལ་དང་འཛིན་པ་གཉིས་གྱི་

སྐབས་སུ་དམིགས་བསལ་རེ་བྱུང་མ་གཏོགས་སྤྱིར་འདྲ། ཐོག་མར་རྒྱུད་རོ་  
ལན་གསུམ་བསལ་ནས། སྔོན་དུ་རྒྱུད་འབྱེན་འཇུག་གནས་གསུམ་ཅམ་ལ་  
སེམས་གཏད། དེ་ནས་གཡས་གཡོན་དབུས་སུ་རོ་རྒྱུད་དབུ་མའི་ཅ་གསུམ་  
གསལ་བཏབ་ལ། སྤྱིར་འབྱེན་པ་རོ་མ་དང་དབུ་མ་ནས་ཡར་སོང་། བད་དུ་  
རྒྱུད་པ་རྒྱུད་མ་དང་དབུ་མ་ནས་ཚུར་འོང་། གནས་པ་ཁོང་དུ་དབུ་མར་གནས་  
པ་བསམ་པ་ཅི་རིགས་བྱ། དེ་རྗེས་འབྱེན་པ་ཡུལ་སྐྱོད་གདང་བཅས་འོད་ཟེར་  
ཡུལ་གཤམ་པའི་རྣམ་པར་འཕྲོ་བ། དེ་བཞིན་དུ་རྒྱུད་པ་ཡོད་ཀྱང་པོ། གནས་  
པ་རྒྱུ་སྔོན་པོའི་རྣམ་པ་གདང་བཅས་དབུ་མ་ཁོན་ནས་འགྲོ་འོང་གནས་གསུམ་  
བྱེད་པར་དམིགས། དོན་དམ་དོར་བཞུས་འབྱེན་རྒྱུད་པ་གནས་གསུམ་སྟོང་  
གཞུགས་ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་མོ་དང་དབྱེར་མེད། སྐྱུ་མ་ལྟར་རྟོགས་པ་ལས་མི་ཡིངས་  
པར་བྱ་བའོ། །འདི་སྐབས་རོ་རྒྱུད་སོགས་ཀྱིས་བྱེད་པར་མི་སྦྱར་བ་འབྱེན་  
འཇུག་གནས་གསུམ་ལ་སེམས་འཛིན་པ་སོགས་ལུགས་དུ་མ་ཡོད། མདོར་  
ན་དོ་རྗེའི་བཞུས་པས་ཅ་ཡི་ལམ་སྤྱིར་བར་བྱས་ནས་བུམ་ཅན་བཟུང་བར་བྱ་  
བ་ལ། སྔོན་དུ་འཇམ་རྒྱུད་དག་གཏོང་གི་སྦྱོར་བས་སྔོག་དབུ་མར་གཞུགས་  
པ་དང་། རྒྱུ་རྒྱུད་བུམ་ཅན་འཛིན་པ་གཉིས་ཡོད་པའི་དང་པོ། རྒྱུད་པ་དོར་  
སྤྱིལ་ལམ། རྒྱུད་པ་བརྒྱུད་ས་བསྐྱུམ་དུ་འདུག་ རྒྱུད་གཡས་ནས་རྒྱུན་ལག་གཡོན་  
ཐལ་མོ་མཆན་བྱུང་གཡས་ཀྱི་རུ་མ་བཅས་བསྐྱེམས་པའི་སྟོང་བར་ལྟ་གཡོན་  
པས་མནན། རྒྱུད་རོ་བསལ། གཡས་པའི་མཇུབ་མོས་སྐྱ་བུག་གཡས་པ་

དུས་གྱི་འཁོར་ལོའི་རྫོགས་རིམ་རྩི་རྩེའི་རྣལ་འབྱོར་གྱི་དགོངས་གནད། ༩༡

[illegible]

གཉིས་པ་རྩུབ་རྩུབ་བུམ་ཅན་ལ། རྩུང་རོ་དགུ་ཡུག་གམ་སྐམ་ཡུག་ཏུ་བསལ།  
 སྤར་སེལ་གྱི་རྩུང་འཐེན་ཅམ་བྱ། རྩེང་རྩུང་རྩུང་བར་རྩུབ་རྩེ་རྩེ་བར་བསྐྱར་  
 ཐབས་སྐམ་ཐན་ནས་མཆིལ་མ་མིད། དེ་རྩིས་སྤར་སེལ་གཡས་གཡོན་དབུས་  
 གསུམ་ནས་དངས་ཏེ་ཁ་སྐྱོར་དུ་རྩེ་བར་མནན། མི་སྤུབ་འདྲན་རྩུབ་རྩུང་ལན་  
 གསུམ་བྱས་ཏེ་མནན། དེས་མི་སྤུབ་ན་དལ་བུས་ཕྱིར་བཏང་རྩེ་མཐར་སངས་  
 གྱིས་འབུད། དེ་ལྟར་བུམ་ཅན་ལ་ཡང་ཡང་གོ་མས་པར་བྱ། བུམ་ཅན་བསྐྱོམ་  
 པ་འདི་རྩེ་བར་དམིགས་པ་གཏད་ཅིང་རྩེ་བར་གཙོ་བོར་བསྐྱོམ། ལས་དང་པོ་  
 བས་རྩིང་གཡན་ཆད་གྱི་བུམ་ཅན་བསྐྱོམ་ན་འཕོ་གོགས་ཆེ་བས་མི་བསྐྱོམ་པར་  
 བཤད་ཀྱང་། རན་ཅམ་བསྐྱོམ་ཡང་སྐྱོན་མེད་དེ། ལས་དང་པོ་བས་བསྐྱོམ་

ན། ཉེ་བའི་བུམ་ཅན་ཉི་ཤུ་ཙམ་སོང་ནས། སྤིང་གའི་བུམ་ཅན་ལན་གཅིག་  
གཉིས་བྱས་ཏེ། ཉེ་བའི་བུམ་ཅན་སྤིང་གར་དང་ས། སྤྲུང་ཡང་ཉེ་བར་ཕབ་  
ནས་རྒྱུད་གཏོང་། མགིན་དབྱལ་གཙུག་གཏོར་རྣམས་ལ་ཉེ་བའི་བུམ་ཅན་ཡར་  
དང་བར་མི་བྱ་ཡང་། དེ་དེར་བུམ་ཅན་འཇམ་པོ་བཟུང་ལ། རྒྱུད་གཏོང་ཁར་  
ཉེ་བར་ཕབ་དགོས་སོ། །སྤྲུང་ཡང་དེ་རྣམས་ཀྱི་མཐར་གསང་བའི་བུམ་ཅན་  
ཚར་རེ་བྱ། རྒྱུད་འཁྱིམ་དོགས་ན། སྤིང་གའི་བུམ་ཅན་གྱིས་མཐར་རོ་སྟོད་  
གཙུད་ཅིང་ཏ་འདོན་བྱ། མགིན་བའི་མཐར་ཁ་གཙུམ་ནས་མགིན་བའི་རྒྱུད་  
དངས་ཏེ་འབུད། དབྱལ་བ་དང་གཙུག་གཏོར་གྱི་བུམ་ཅན་མཐར། སྤྲུང་བཀག་  
ནས་ཐོད་བའི་རྒྱུད་ས་ནས་འབུད་པ་སོགས་ཀྱི་ལག་ལེན་ཤེས་པར་བྱ། རྒྱུད་  
ཕྱིར་འགོ་དུས་ཏྲགས་སྤང་ལ་སེམས་གཏད། འཇུག་དུས་སེམས་དང་ཏྲགས་  
སྤང་བསྐྱེ། གནས་དུས་སེམས་དང་སྟོང་གཟུགས་འདྲེས་པའི་སྟོང་འཛིན་བཤེག་  
སྟོསྟོད། ཉེ་བར་གཏད་པའང་བྱ། དེ་ལྟར་སྤྲུངས་བས་བུམ་ཆེན་གཅིག་གི་  
ཡུན་ལ་སེགོལ་གཏོགས་པ་སོ་དུག་ཐ་མ། དོན་གཉིས་འབྲིང་། བརྒྱད་དང་  
བརྒྱད་ཐུབ་པ་ཆེན་པོ་སྟེ། གནས་ཡུན་རེ་རིང་བསྐྱེ་བར་བྱ་ལུས་ནད་དུ་འོད་  
གསལ་སྟོང་གཟུགས་ཤར་བ་ལ་སེམས་གཏད། གོམས་ནས་རྩ་གནས་གང་  
འདོད་དུ་ཏྲགས་སྤང་འཆར་ཁིང་གསལ་བས། ལུས་ཀྱི་རྩ་གནས་དེ་དང་དེར་  
རྒྱུད་ཞུགས་པའི་སྟོན་ཡོན་སོགས་རང་གིས་ཤེས་པ་འབྱུང་། འདི་སྐབས་སུ་  
བཅོན་ཐབས་ཀྱིས་སྟོར་བནི་མགིན་བའི་འཕར་རྩ་གཏོམ་པ་ཡིན་ནོ། །དང་



དུས་ཀྱི་ལམ་ལུ་འཛིན་པ་མེད་པའི་རྣམས་ལ་འཕྱོང་གི་དགོངས་གནད། ཨོ།

པོར་སྒྲུབ་པ་ནས་སོར་བཅུ་དུག་གི་ནམ་མཁའ་སྒྲོང་ག་ཟུགས་ལ་སེམས་གཏད་  
ནས་རེ་ཉེ་རེ་ཉེར་བཏང་སྟེ་སྒྲུབ་པའི་ནང་དུ་སྒྲོང་ག་ཟུགས་ཤར་བར་སེམས་གཏད་  
དཔུགས་དང་འགོགས་ཏེ་སྒྲོང་ག་ཟུགས་ཡལ་ཡོལ་བྱེད་ཀྱང་དེ་རྗེས་མི་འབྱང་  
གང་དུ་རང་སོར་བཞག་པ་དེར་བསྒྲོམ། དེ་བརྟན་པས་སྒྲོར་སྒྲོང་ག་ཟུགས་  
རྟག་ཏུ་གསལ་བ་འབྱུང་། དེ་ལ་གོམ་པས་འབྱུང་བའི་རྒྱུ་རྣམས་ཀྱིས་མདོག་  
དང་དབྱིབས་དང་། ཚད་དང་རྒྱ་བའི་གྲངས་ཤེས་བ་འབྱུང་། དེ་བྱུང་ན་བུམ་  
ཅན་དང་ལྷན་ཅིག་སྒྲུབ་བ་དུག་བསྒྲོམ་པས་བརྟན་པ་ཐོབ་པར་འབྱུང་། དེ་ཆེ་  
རྒྱུ་ལ་བརྟན་ནས་འདུན་པ་བསྒྲུབ་ཅམ་གྱིས་ཞི་སྟོན་པས་ལས་བརྒྱད་ཐོགས་མེད་  
འབྱུང་བོ། གློག་ཚུལ་དངོས་གཞིའི་ཉམས་ལེན་གྱི་སྒྲུབས་འདིར། སྒྲོང་ག་ཟུགས་  
རགས་ལ་གསལ་བ་དེ་དཔུ་མར་འཇུག་དཀའ་སྟེ་འཆིང་སྒྲ། བཞིང་གསལ་  
བ་འཇུག་སྒྲ་སྟེ། འཆིང་དཀའ། མི་གསལ་ན་འཇུག་འཆིང་གཉིས་ཀ་དཀའ་  
ལ་ཐོག་རྒྱུད་རྒྱུད་རྒྱུད་བུམ་ཅན་བསྒྲོམ་པས་རྩ་བ་ཟང་བར་གོགས་མེད་པར་  
ཡོན་ཏན་སྒྲེ་མོད་ཀྱང་། ལལ་ཆེ་བ་ནི་སྒྲུག་བསྒྲུལ་གྱིས་ཉམས་རེ་ཐོག་མར་  
འབྱུང་བས། རྒྱུ་ཅིག་ཆར་འདུན་ལུས་རང་དབང་མེད་པར་འདར། གློ་བུར་  
འོད་སྟེ། ཉམས་རྣམས་ཁ་ཆེན་པ་དང་། དམར་ཐིང་དེ་བའི་རང་ནས་འབྱེལ་  
ཞིང་དཔེ་མེད་དུ་བརྒྱལ་བ་སྟོན་པ་འབྱུང་། རྒྱུ་རིམ་གྱིས་འཇུག་ནས་སྒྲོང་  
ག་ཟུགས་རང་ལ་ལམ་ལུ་ ལུས་གཏུམ་གྱིང་བསྒྲིལ་བ་དང་འདྲ། རྒྱུ་སྒྲུབས་  
འགོ་བ་ལྟ་བུ་འབྱུང་། དེ་ནས་རྒྱུ་ཟང་གོམས་པས་བདེ་སྒྲུག་སྟེལ་མར་འབྱུང་།

དེ་ནས་གོམས་ན་མཐར་བཏང་སྟོམས་སུ་འགོ། གོང་བཤད་རྟགས་སྣང་ཐམས་  
ཅད་འབྱུང་བའི་སྟེང་དུ་ས་རྒྱུང་འཆིང་ན་ལུས་སྟོང་ཚུགས་བཤེག་སྟེང་མི་འདོད།  
རྩུབ་ལ་ལྷེ་ཞིང་སྣང་བ་སེར་སོར་མཐོང་། རྩུའུང་འཆིང་ན་གང་མཉེན་རྩའི་  
སྣང་བ་ཤས་ཆེ་ལ་ལར་རྩུ་ལ་གང་དྲོ་གཉིས་ཀ་ཡང་འབྱུང་། མི་འཆིང་ན་དྲོད་  
འབར་མའི་སྣང་བ་འབྱུང་། རྩུང་འཆིང་ན་ལུས་ཡངས་ཤིང་འཕར། རྩུང་གི་  
སྣང་བ་འབྱུང་། མཁའ་རྩུང་འཆིང་ན་སྟོ་ཡམ་མེ་བ་དང་། བདེ་སིང་དེ་བ་དང་།  
ལག་པས་བྱུག་བ་སོགས་ཆེད་དུ་རྟེན་ཆེ་མ་གཏོགས་ལུས་ཡོད་དུ་མི་ཚོར་ཞིང་།  
ལུ་གའི་རྟེན་ས་དང་། བར་སྣང་དང་སྟེང་འོག་ཕྱོགས་མཚམས་སྟོང་བར་སོང་  
བའི་སྣང་བ་འབྱུང་། ཉམ་མཁའི་ནང་ཚན་དུ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རྩུང་གི་ཆ་ལ་ལྷང་གུ་  
དང་ཁ་ཆེལ་བ་འབྱུང་བ་ཡོད། དེ་འདྲ་རེ་རེ་བཞིན་མཐར་རྟགས་སྣང་ཐམས་  
ཅད་ཐིག་ལེ་ལ་འདུས་ནས་དབུས་སུ་ཐིམ་འགོ་བ་མཐོང་ན་གནད་དུ་སོང་བ་  
ཡིན། དེ་རྩུང་འབྱུང་བ་ཆ་མཉམ་དུ་ཞུགས་ན་གོགས་མི་འབྱུང་ལ་ཆ་མ་སྟོམས་  
ན་རྩུབ་ཉམས་སུ་འཆར་ཞིང་། དེ་ལས་ཐལ་ན་གོགས་སུ་འབྱུང་། དེ་ཡང་ས་  
རྩུང་ཟེན་ན་དེའི་ཆེ་རྩུང་གི་སྟོབས་ཟད་པས། སྤྲ་བརྗོད་གཡོ་འགྲུལ་མི་ཤེས་  
བ་ལྟ་སྟེང་ས་ལ་བྱིང་བ་དང་། མནན་བ་བྱིང་སྟུག་སོགས་འབྱུང་། མི་ཟེན་  
དུས་སའི་སྟོབས་ཉམས་ཏེ། མི་ཆར་དུ་བ་སེམས་ཆོག་པའི་སྣང་བ་དང་སྟུལ་  
ཆེ་ཞིང་ལུས་གཅིག་དུ་མི་ཚུགས། རྩུ་ཟེན་ན་མི་ཉམས་པས། ཁོང་འདར། གང་  
ཤུམ་བྱེད། གངས་རེ་དང་རྩའི་རྩ་རྩུབས་ཀྱི་གསེབ་དུ་ཡོད་པ་སྟམ་བྱེད། དེ་ན་

དུས་ཀྱི་འཁོར་ལོའི་རྫོགས་རིམ་རྡོ་རྗེའི་རྣལ་འབྱོར་གྱི་དགོངས་གནད། ༩༡

པ་མི་གསལ་བཀོལ་དུ་མི་བརྟུབ་པ་འབྱུང་། རླུང་འཕེལ་ན་ཚུ་ཉམས་ཏེ་ལུས་  
ཡང་ཤིང་མགོག་ན། འགོ་སླིང་འདོད། མེས་ས་བཟུང་ཡང་མི་ཟིན་པ་ཡོད།  
ནམ་མཁའ་ཀྱན་གྱི་གོག་ས་ཡིན་ཡང་། མཁའ་རླུང་ཁོ་ན་འཕེལ་ན་གཡང་ཟ་  
ཁིང་སློུ་ཤས་ཆེ་བར་འབྱུང་། དེ་དག་པལ་ཆེར་བྱུང་རྒྱུ་བསྐྱངས་ཤིང་། ལུས་  
ལ་ནད་ཁམས་འཕེལ་བར་འདུག་ན་གོག་ས་སེལ་གྱི་བཅོས། དེ་ལམ་དུ་བསྐྱངས་  
ཤིང་བསྐྱངས་བས་གཏུམ་མོའི་འབར་སྣང་ཅུང་ཟད་ཀྱང་འབྱུང་། བདེ་ཉམས་  
འཕེལ། འདི་སྐབས་དོར་བཞུས་དང་། འཇམ་རླུང་བུམ་ཅན་རིམ་པར་བསྐྱོམ་  
པའི་དབང་དུ་བྱས་ཀྱང་། སྤྱིར་རྟགས་རིམ་པ་གསུམ་པོ་དེ་རྣམས་རྩ་ལམ་  
བྱང་བ་དང་། དབུ་མའི་སྒྲོར་འདུས་པ་དང་། རྒྱ་ཏིར་འཆིང་པའི་རྟགས་ཀྱི་  
རིམ་པ་ཅམ་ཡིན་པས་བུམ་ཅན་གྱིས་སྤྱགས་པ་འདྲ་བའི་ལུས་ཉམས་དང་། ལུས་  
ནང་སློག་ཆགས་རྒྱགས་པ། དོན་འཆང་བྱེད་པའི་མི་ཉམས་འབྱུང་། ཅ་ཆད་  
འབྲིང་པོ་རྣམས་སོས་པས། དགང་བ། འབྲིལ་བ། འདར་སྒྱགས། འཕར་  
འཕྲིག་ཟུག་རྩྱ་དང་བཅས་པ་ཡོད། ཅ་ཆད་སྤོ་མོ་རྣམས་གསོས་པ། ཆ་ཅིག་  
ཅིག་སོགས་ཟུག་རྩྱ་མང་པོ་ལྡང་། འདི་དག་གང་དུ་འབྱུང་མ་ངེས་ཏེ་ཅ་ཆད་  
ཅི་རིགས་གསོས་པ་ཡིན་ནོ། །བར་སྐབས་སུ་བཏང་སྒྲོམས་དང་བདེ་ཉམས་  
ཤས་ཆེར་འབྱུང་བར་སྐབས་སུ་སློག་ཕྱར་འབྲེས་པའི་རླུང་གིས་རྩ་ནང་ལ་དབྱིངས་  
སུ་ཐིམ་མ་ཕྱབ་པས་འཕོ་གོག་ས་ཀྱང་འབྱུང་ཉེན་ཡོད་པའི་རྟགས་གོང་བཤད་  
འདྲ། ཡང་འདི་སྐབས་སུ་རྩ་རླུང་ཅུང་ཟད་འབྱུངས་པའི་སྐབས་ཡིན་སེམས་

འཕོ་བ་དང་འབེབས་པ་གཉིས་ཀ་སྤར་ལས་སྤོའ། །ལུམ་པ་ཅན་དབུ་མའི་ནང་  
དུ་ཉིན་ཞག་གཅིག་འཆིང་བར་རུས་ན་ནད་མཐའ་དག་འབྱུང་ཞིང་ཆོ་ལ་རྩུང་  
ཟད་དབང་། སློག་ཐུར་འདྲེས་པའི་ཆད་ལ། འོག་རྩུང་དྲངས་བས་ཁ་ནང་ཐོན་  
ན་ཐུར་སེལ་སློག་ལ་འདྲེས། དྲི་བཟང་ཁ་སྤར་རུབས་པ་འོག་སློ་ནས་འཕོན་  
ན་སློག་ཐུར་སེལ་ལ་འདྲེས་ཟེར་ཏེ། འདི་ཅམ་ནང་དུ་འདྲེས་པ་མིན། འོག་  
པའི་ནང་དུ་བྱི་ལ་རྒྱ་བའི་སློག་ཐུར་རགས་པ་འདྲེས་པ་སྒོངས་པ་མཆར་སྟེད་ཅམ་  
ཡིན་གསུངས། བར་རྟགས་ནི་སྟེང་རྩུང་བཟུང་ན་འོག་རྩུང་རང་འཐེམ་འོག་  
རྩུང་བཟུང་ན་སྟེང་རྩུང་འཐེམ་པ་ནི་ཅ་ནང་དུ་ཅི་རིགས་འདྲེས་པས་སྤར་མ་ལས་  
བཟང་། གསང་རྟགས་འབར་སྤང་དང་བདེ་དྲོད་དངོས་སུ་སྟེ་བཆེས་མཆོག་  
གི་ཅ་དབུ་མར་སློག་ཐུར་འདྲེས་པ་ཡིན་ནོ། །སློག་ཅུ་ལ་གྱི་རིམ་པའི་བྱེད་བྱི་  
མའི་སྐབས་འདིར་སློག་གཞུགས་པ་ལ་པ་འབྱུབ་སྟེ་ཅི་ཅི་རིགས་ཡོད། གཞན་  
ཡང་ཐིག་ལེ་བཞིའི་སྤང་བ་ལས་འཁོར་འདས་ཀྱི་ཆོས་མཐའ་དག་འཆར་ཏེ།  
ཐུབ་མཐའ་བཞི། ཐུ་སྟེགས་བྱེད་ཀྱི་རྒྱུད་བཞི། རིགས་བྱེད་བཞི། རྟེ་པ་བཞི།  
གསང་སྟགས་ཀྱི་རྒྱུད་སྟེ་བཞི་ལ་སོགས་པའི་ལྟའི་སྤང་བ་དང་། སྟགས་ཀྱི་  
སྤང་བ་དང་། ཆོག་དོན་རྣམ་འབྱེད་ཀྱི་སྒོ་སྟོན་དང་། ལྟ་བཞོམ་སྟོད་གསུམ་  
གྱི་ཉམས་མཐའ་ཡས་པ་འབྱུང་། འགོ་དྲུག་གི་གནས་སུ་ལོངས་སྟོང་པའི་སྤང་  
བ། བདེ་སྟག་གི་ཆོར་བ། ཉོན་མོངས་པའི་བྱུང་བར་མཐའ་ཡས་པར་ཡང་  
སྤང་སྟེ། སྟོན་གྱི་མན་ངག་པ་རྣམས་ལ་གནས་སྟོང་དུ་གྲགས་པ་དེ་ཡིན་ནོ། །

དུས་ཀྱི་འཁོར་ལའི་ཚོགས་རིམ་རྫོང་རྫོང་རྣམས་འབྱོར་གྱི་དགོངས་གནད། ༡༡

མདོར་ན་སེམས་རང་བཞིན་གྱིས་འོད་གསལ་བ་རྣམས་པ་ཐམས་ཅད་པ་ཡིན་  
པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་ཤེས་བྱ་ལ་སྤྱི་ཚད་སྣང་བ་ཡིན་ཞིང་། ཚེས་ཉིད་རྣམས་པ་  
ཐམས་ཅད་པར་རིས་མེད་དུ་བྱུང་བ་ཡིན་ཡང་གཏུལ་བྱའི་དོར་དེར་སྣང་གི་སྐྱེན་  
དང་ཕྱད་ཆོ་སྣང་པའི་སྒྲོན་ས་རིམ་ཅན་དུ་སྣང་། སྣང་པའི་སྐྱེན་ནི་ནང་གི་རྩ་  
རྒྱུད་ཐིག་ལའི་འཕྲོ་འདྲེའོ། །སེམས་ཀྱི་སྣང་ཆ་རྩ་རྒྱུད་ཐིག་ལའི་སྣང་ཞིང་། སྣ་  
ཚོགས་སྣང་བ་དེ་རྣམས་སེམས་ཉིད་ཀྱི་ཐིག་ལེ་བཞིར་སྣང་བ་ལ་བརྟེན་ནས་  
བྱུང་བས་རྣམས་པ་ཐམས་ཅད་པའི་ཁོངས་སུ་འདུས་པ་ཡིན་ནོ། །ཀྱུན་རྫོབ་རྟེན་  
འབྲེལ་དུ་ལུས་ཀྱི་ཐིག་ལེ་དབྱལ་བར་གནས་པས་སང་དུས་ཀྱི་སྣང་བ་རགས་  
པ་ཐམས་ཅད་དེས་བསྐྱེད་དག་གི་ཐིག་ལེ་མགྱོན་པར་གནས་པ་དེ་སྤྱི་ལམ་བར་  
དོ་སོགས་ཀྱིས་སྣང་བ་བསྐྱེད། ཡིད་ཀྱི་ཐིག་ལེ་སྣང་གར་གནས་པས་གཉིད་  
འབྱུག་བརྒུལ་བ་འཆི་སོགས་ཀྱི་གནས་སྐབས་བསྐྱེད། བཞི་པའི་ཐིག་ལེ་སྤྱི་  
བར་གནས་པས། གཉིས་སྒྱུར་སོགས་ཆགས་པ་དང་། ལུལ་བཟང་པན་བར་  
མ་གསུམ་ལ་སྤྱི་ཅིང་མོངས་པ་རྣམས་བསྐྱེད། དེ་བཞིན་རྩ་འཁོར་གཞན་ལ་འང་  
སྐྱུར་དུ་ཡོད་དེ། ཐིག་ལེ་བཞི་པོ་དེ་དྲི་བཅས་སྐབས་སུ་གཞི་དུས་ཀྱི་འཁོར་  
ལའི་ཞལ་བཞི། སྐྱེད་པ་ཅི་རིགས་དག་པའི་ལམ་དུས་འཁོར་གྱི་ཞལ་བཞི། སྐྱེད་  
པ་ཀྱུན་བྱལ་གྱི་སྐབས་སུ་འབྲས་བུ་དུས་འཁོར་གྱི་ཞལ་བཞི་སྟེ། རྒྱུད་ལས་  
ཞལ་བཞི་ལས་འཁོར་འདས་ཐམས་ཅད་སྐྱུལ་པར་གསུངས་པའི་དགོངས་པའི་  
གཙོ་བོ་འདུང་འདི་ཡིན་ནོ། །སློག་ཚུལ་གྱི་ངེས་ཚིག་ནི། ལྷ་ཏ་སློག་སྟེ་རྒྱུད་ཡིན་

ལ། ལྷ་ལ་མ། དེ་འགོག་པའམ། དེ་ལ་ཚུལ་བ་ལ་འཇུག་པའམ་རིགས་བྱེད་  
དེ་དེ་ལ་བདག་བྱེད་པའི་དོན་ནོ། །ཚད་ནི་དབུ་མ་ཁོན་ནས་རྒྱུང་འབབ་པའི་  
བར་དུའོ། །དེའི་གཡས་གཡོན་གྱི་རྒྱུང་བཅད་བུ་མར་གནས་པའི་རྟགས་སྣ་  
ཚོགས་འབྱུང་། སངས་རྒྱས་བྱང་སེམས་གྱིས་ལུང་སྟོན་དབང་པོ་དུག་གི་མངོན་  
ཤེས་འབྱུང་། ཟག་མེད་ཀྱི་ཡུལ་དུག་ལ་ལོངས་སྟོན་འདི་ཡིད་ཀྱི་མངོན་སུམ་  
གཙོ་བོར་གྱུར་པའི་མངོན་སུམ་མོ། །འདུ་བྱེད་ཀྱི་ཡུང་པོ་རྒྱུང་ཁམས་སོགས་  
དག མཐར་ཐུག་དོན་ཡོད་གྲུབ་པ་ཐོབ་པོ། །

བཞི་པ་འཛིན་པ་ནི། རྒྱུང་སེམས་དབུ་མར་ཞུགས་པ་ནིད་མི་ཤིགས་པའི་ཐིག་  
ལེར་ཐིམ་ནས་རབ་ཏུ་བརྟན་པར་བྱ་བའི་སྤྱིར་སྒྲོམ་པ་ཡིན་ལ། དེ་ལ་འདྲ་སྟོན་  
འགྲོ་དང་དངོས་གཞི་གཉིས་ལས། དང་པོ་ཉྤེ་བའི་བུམ་ཅན་བཟུང་། དེ་བཞིན་  
ལའོར་ལོ་ལྷ་སོ་སོར་བཟུང་བ་ཟེན་ནས་སྟོག་དབུ་མར་ཐིམ་པར་བསམ་པ་འཛིན་  
པ་རྗེས་མཐུན་པའོ། །དངོས་ནི་ལའོར་ལོ་ལྷ་འམ་དུག་ཏུ་བུམ་ཅན་རི་འདོད་  
དུ་བཟུང་བས་སྟོག་དབུ་མའི་ཐིག་ལེར་ཞུགས་ནས་གཏུམ་མོ་འབར་བས་རང་  
བཞིན་གྱི་ཞུ་བདེའི་བདེ་དོད་ཁྱད་པར་ཅན་སྤྱེ་ཁིང་ཐིག་ལེ་འཛག་མེད་དུ་འཆིངས་  
རྒྱས་པས་འཕོ་མེད་ཀྱི་བདེ་བ་འདྲེན་པར་བྱེད་པའོ། །འདིའི་ཡུལ་ནི། བདེ་  
རྒྱུང་སྟེ། མི་ཤིགས་པའི་ཐིག་ལེ་དང་འདྲེས་པའི་རྒྱུང་ཡིན་ལ། དེ་བརྟན་པར་  
འཛིན་པས་རྒྱུང་སེམས་རྒྱ་ཉིར་སྤྱ་ཐིག་ལ་ཞུགས་ནས་མི་གཡོ་བར་བྱེད་པ་ཡིན་  
ནོ། །དེ་ཡང་ལུས་གནད་བཅས་ལའོར་ལོ་སོ་སོའི་མདོག་གྲངས་སོགས་གསལ་

དུས་ཀྱི་འཁོར་ལའི་ཚྭ་གསལ་རིམ་དོ་རྗེའི་རྣལ་འབྱོར་གྱི་དགོངས་གནད། ༡༡

བདེ་བ་པའི་དབུས་སུ་མི་ཤིགས་པའི་ཐིག་ལེར་གཡས་གཡོན་གྱི་རྒྱ་བརྩ་ཐིམ་  
བར་བསམ་ལ་བུམ་ཅན་འཛིན་པ་དངོས་གཞིའོ། །འདིའི་སྐབས་སུ་སྒྲིག་པུར་  
འབྲེས་པ་ལ་བརྟན་པ་ཐོབ་པས་གཏུམ་མོ་འབར་བས་ཅུ་ཁ་ཐམས་ཅད་དྲོས།  
ཅུ་དང་ཐིག་ལེ་ཐམས་ཅད་སྐྱུ་ལངས་པ་ལྟར་ཁོ་ལ་ཁིང་སྒད། ཅུ་མདུད་ཐམས་  
ཅད་མེས་བྲལ། ཐིག་ལེ་རྣམས་སོ་སོར་འབར་ཁིང་གཡོ། །ཁམས་རྣམས་ཡར་  
མར་དུ་འདུ་ཁིང་ལྟོ་འོག་ཏུ་ཅུང་ཟད་གང་བ་རྣམས་ཡིན། བདེ་ཆགས་སྒྲེ་ལ་  
བྱད་མེད་བསྟེན་ཀྱང་ཁམས་མི་འཛིག་ ལུས་བརྟན། མ་ཚོས་ཀྱང་བཀྲེས་པ་  
མེད། རྩིས་ཀྱང་འཇུ་ལ། སྦྱ་འཕུལ་དོ་རྗེ་གསུམ་པོ་ཆེ། ཁྲིས་བྱ། བྱར་སེལ་  
མི་འཛིག་ལུས་ཡང་བདེ་བ་རྒྱས། བདེ་བྲལ། འཆི་བ་མེད། ཉོན་མོངས་དང་  
རྒྱུད་གི་འགོ་འོང་ཟད་པ་འབྱུང་། འདི་ནི་ལམ་འདི་ཉིད་སྒྲོམ་སྟོབས་ཀྱིས་འབྱུང་  
མོད། གོམས་པ་རྒྱུད་བའམ་སྒྲོག་ཆོག་ཏུ་འབར་འཛིག་གི་ཁུ་བདེ་སྒྲོམ་པའི་  
ཚུལ་སྒྱུ་ལྟར་བྱས་ན་འདྲ་བུད། རྟགས་དངོས་ནི། དབུ་མའི་ནང་དུ་སྤྱ་བའི་རེ་  
ཁུ་ནག་པོ་རྒྱ་དའི་རྣམ་པ་ཅན། རྟ་རྩུམ་པོར་བཀྲུག་པ་ལྟ་བུའི་མུ་བྱུད་ཀྱི་ར་  
བས་བསྐྱོར་བའི་ཐིག་ལེའི་རྣམ་པ་ཅན། འོད་ཟེར་དཔག་མེད་འབར་བ། རེ་  
ཁུ་སྤྱ་མོའི་ནང་ན་རྟགས་བརྩུ་ཀ་ཚྭ་གསལ་པར་འཆར་ཁིང་སྦྱ་གཟུགས་སོགས་  
དག་མ་དག་གི་སྤྱང་བ་སྤྱ་ཆོགས་ཀྱིས་བརྒྱན་པ་ཞིག་འབྱུང་བ་དེ་ཡང་རྩུ་ཉིའི་  
ནང་དུ་གཏུམ་མོ་འབར་བའི་བར་སྤྱང་གི་དབུས་སུ་འབྱུང་བ་ཡིན་ལ། གཏུམ་  
མོ་འབར་བའི་མེ་ཡི་ཁ་དོག་ཀྱང་སྤྱ་ཆོགས་སུ་འབྱུང་། རེ་ཁུ་ནག་པོ་གཙོ་བོར་

སྒྲོས་ཀྱི། གཞན་ཡང་ཁ་དོག་སྒྲ་ཚོགས་པའོ། །དེས་ན་སོར་སྤྱད་སྒྱི་ལ་ཐིག་  
ལའི་དབུས་སྒྲ་གཞུགས་ཤེས་འགའ་འཆར་བ་དང་། རིམ་བ་དང་པོ་གསུམ་  
ལ། རྟེན་འགྲུབ་པོ་འདྲ་རུང་འཆར་སྤྱིད་ཀྱང་མ་དེས་པའི་རྟགས་ཡིན་ལ། འཛིན་  
པའི་སྐབས་འདིར་དེས་པའི་རྟགས་ཡིན་ཞིང་འདི་སྐབས་སློག་གཞུགས་ཁྱད་  
པར་ཅན་འགྲུབ་པ་ཡིན་ཏེ། སྤར་མཐོང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གཞུགས་དེ་ཉིད་གིན་  
ཏུ་བརྟན་པར་གྱུར་པས། སྤོང་གཞུགས་དང་སློག་ཐུར་གོང་བུ་གཅིག་པའི་རྒྱུ་  
འདྲེས་པ་སྟེ། སྒྲོས་བརྟགས་ལ་མ་སྒྲོས་པར་ལྟ་སྒྲ་མཚན་དཔེ་ཅན་གྱི་རྣམ་  
པས་དང་པོ་གཅིག་འཆར་བ་ནས་བརྒྱུ་སྟེ་རེ་མང་འཁེལ། དབྱིབས་མདོག་  
མཚན་མ་མ་དེས་ཏེ་ཁ་ཅིག་ལ་རྣམ་པ་གཅིག་ཉིད་རྟག་ཏུ་འཆར་བའང་ཡོད།  
ཁ་ཅིག་ལ་འབྲལ་འབྲལ་འགྱུར་བར་སྒྲུང་བའང་ཡོད། སྒྱིར་བྱིན་དང་ཐམས་ཅད་  
ཏུ་འཆར་བ་ཡིན་ཡང་རྒྱ་ཉིད་ནང་ཏུ་གར་བ་ནི་མར་མེའི་འོད་ལྟ་བུའོ། །འདིར་  
སློག་དབུ་མའི་ཐིག་ལའི་ལན་གཅིག་ཐིམ་པ་ནས་འབྱུང་སྟེ་མཐར་བརྟན་པ་ཐོབ་  
ནས་ལས་སྒྲ་ཚོགས་པ་འགྲུབ། སློག་རྒྱུང་དབུ་མའི་ཐིག་ལའི་ནང་ཏུ་ཚུད་ནས་  
མཐའ་རྒྱུང་སེམས་སྒྱི་པོའི་རྟོག་ཡི་གེ་ལ་ཟེན་པ་ལ་འཛིན་པ་ཞེས་བྱ་སྟེ་སློག་  
ཚུལ་གྱི་འབྲས་བུ་ཡིན། སློག་གཞུགས་འདྲེས་པའི་ལྟ་དེ་གང་འདོད་ཀྱི་ལྟ་འི་  
རྣམ་པར་སྒྲོས་གང་སྒྱུར་བ་དེར་འགྱུར་ཏེ། སྤོང་གའི་བུམ་ཅན་ལ་འབད་པས།  
དེ་མ་ཐག་ཞི་རྒྱས་ཀྱི་ལས་ཐོགས་མེད་འགྲུབ། དེ་བཞིན་རྩ་འཁོར་དང་གདན་  
འབྱུང་བཞིའི་དཀྱིལ་འཁོར་དང་། ས་པོན་དང་ལྟ་སྒྱུའི་མདོག་ཕྱག་མཚན་བཞོན་



དུས་ཀྱི་འཁོར་ལོའི་རྫོགས་རིམ་དོ་རྗེའི་རྣལ་འབྱོར་གྱི་དགོངས་གནད། ༩༡

པ་རྣམས་དམིགས་པ་ཁ་བརྒྱར་བས་ལས་ཀྱན་ཐོག་མེད་འབྲུབ། ཟད་པར་  
རྣམས་ཀྱང་དེ་བཞིན་འབྲུབ་སྟེ། དཔེར་ན་ལྟེ་བའི་ལུས་ཅན་ལས་ས་ཡི་ཟད་  
པར་ཟམ་པ་ལྟ་བུ་སྟོན་ཏེ་ལྟེ་བའི་ལུས་ཅན་ལ་འབད་པས་རྒྱ་བོ་ལམ་རྒྱ་མཚོའི་  
སྟེང་ནས་མི་བྱིར་བར་འགོ་བ་སོགས་བྱེད་པའོ། །དེ་སོགས་བྱིད་དར་ནང་གི་རྟེན་  
འབྲེལ་མ་ཞོར་བ་བརྒྱུགས་པས་དེ་ལྟར་བསམ་པའི་ལས་ཀྱན་ཐོག་མེད་དུ་  
འབྲུབ་པར་འབྱུར་ངོ། །སྐབས་འདིར་གཞིན་མེད་རྣམས་ཀྱི་དབྱེད་སྒྲུབ་ཀྱང་  
འབྱུང་སྟེ་དང་པོར་རྒྱ་ཏིའི་ནང་དུ་སྟོང་པའི་སྒྲ་གཤམ་པ་ཅམ་དང་། དེ་འཕེལ་  
ཏེ་འབྲུག་སྒྲ་ལྟ་བུ་ལ་སྒྲ་གཞན་པ་མོ་སྒྲ་ཚོགས་པས་བསྐོར་བ་ལྟ་བུ་དང་། དེ་  
ནས་དུས་ཅིག་ཆར་སྟོག་ཆགས་སྒྲ་ཚོགས་དང་འབྱུང་བ་སྒྲ་ཚོགས། གཏམ་  
སྒྲ་ཚོགས། ཚོས་ཀྱི་སྒྲ་སྐད་སྒྲ་ཚོགས་མང་པོ་སྒྲ་གཅིག་ལས་བྱུབ་པ་འབྱུང་ངོ། །  
ལས་དང་པོ་པས་སྟོག་འཛིན་གྱི་རྗེས་མཐུན་སྟོན་པའི་སྐབས་སུ། མེ་ཤས་ཆེ་  
ན། རྒྱུད་ཆེ། རྣལ་འབྱུང་། ཐིག་ལེ་འབབ་པའི་སྒྲུང་བ་དང་། ལྷུ་ལྷུང་ལས་  
ཐིག་ལེ་འབབ་པ་ཚོར་བ་སོགས་འབྱུང་། དེར་འགའ་ཞིག་ལ་འཛིན་གོགས་  
དང་རུལ་བས་ལུས་སྟོབས་འཚོར་ན། འདྲེན་འགྲེམས་དང་ལུས་བྱུངས་མི་འཚོར་  
པའི་གདམས་ངག་བྱ། རྒྱུང་ཁམས་ལྡང་བས་མགོ་ན་ཁིང་ལུས་གྲང་ན་ཐིག་  
ལེ་འཛུམ་བྱུབ་པ་དང་། ལུས་སྟོ་སྒྲམ་བདེ་ཉམས་ཡལ་ན་ཐིག་ལེ་རྒྱས་མ་བྱུབ་  
པ་ཡིན། འདི་རྣམས་ལ་ཆགས་ལམ་གྱི་བདེ་བ་སྤེལ་བས་སེལ། འཛིན་པའི་  
སྐབས་འདིར་ཡང་། གཏམ་མོའི་འབར་སྒྲུང་གིས་ཅ་སྟོ་བྱེས་ནས་སྟོག་སྒྲུང་

གྱི་འཕོ་བ་འབྱུང་བའི་གོགས་ཅུང་ཟད་འབྱུང་བའི་སྐབས་ཡོད་ཀྱང་། རྒྱུ་མེམས་  
ལ་དབང་ཅི་རིགས་ཐོབ་པས། གོགས་མེལ་གདམས་པ་གཞན་ལ་མ་ལྟོས་པར་  
སྐབ་པོ་རང་ཉིད་གྱི་ཤེས་པར་འགྱུར་རོ། །སློག་ཚུལ་མཐར་ཕྱིན་ནས་གོགས་  
ཕལ་ཆེར་ལས་གྲོལ། འཛིན་པའི་བྱེད་སྒྲུ་མ་མཐར་ཕྱིན་ནས། སློམ་གོགས་  
གྱི་མིང་ཡང་མེད་དོ། །འཛིན་པའི་སྐབས་སུ། འཁོར་ལོ་སོ་སོར་བུམ་ཅན་  
འཛིན་པ་དང་འདུག་སྟངས་སློག་ཆོག་རྣམས་ཞིབ་པར་ཁྲིད་ཡིག་ལས་ཤེས་པར་  
བྱའོ། །དེས་ཆོག་ནི། རྒྱ་ར་ཏ་སྟེ་རྒྱུང་འགོ་འོང་དང་བལ་བར་དབུ་མའི་ནང་  
དུ་འཛིན་པར་བྱེད་པའོ། །འདི་ཡིད་མངོན་ཆོད་མ་སྟེ། དབུ་མར་སློག་ཐིམ་  
པའི་ཡེ་ཤེས་གྱི་བྱེད་པ་ཅན་ནོ། །གནས་སྐབས་གྱི་འབྲས་བུ་དབང་བཅུ་སྟོབས་  
བཅུ་རྩེས་མཐུན་པ་ཐོབ། མཐར་འབྲས་ཆོར་སྤང་སོགས་དག་ནས་རིན་ཆེན་  
འབྱུང་ལྗན་གྱི་དཀྱིལ་འཁོར་འགྲུབ་པའོ། །ལྷ་བ་རྩེས་སུ་བྱན་པ་ནི། ལམ་སྐྱ་  
མའི་སྟོབས་ཀྱིས་རང་ཤུགས་ཀྱིས་སམ་ཁུ་བདེ་འབར་བས་བདེ་བ་ཁྱད་པར་  
ཅན་སྟེས་པ་ན། རང་བཞིན་སློམ་སྟོབས་ཀྱིས་སྤྱི་བོའི་རྟོག་པའི་བདེ་བ་གནས་  
བཞིན་དུངས་པའི་དགའ་བཞིའི་མཐར། ཝོར་བུའི་རྩེར་འཆིང་ཞིང་གྲུན་དུ་  
གཙུག་ཏོར་གྱི་བར་དུ་བསྐྱོག་པའི་དགའ་བཞི་སྟེ་བ་ཡང་ཡང་མུང་བ་སྟེ། འདིའི་  
དམིགས་ཡུལ་བདེ་བ་དེ་ཉིད་ཡང་ནས་ཡང་དུ་རྒྱུད་ལ་བྱན་པར་བྱེད་པའོ། །  
ལམ་ལ་གོམས་པ་རྒྱུད་ན་གཏུམ་མོ་འབར་བའི་ཁུ་བདེ་བ་སྟེད་པའི་དམིགས་པ་  
གཞུང་སྤྱི་ལ་གྲགས་པ་འདི་རྣམས་ངོ་བོ་བསྟེན་རིམ་དུ་གཏོགས་ཀྱང་མོས་སློམ་

དུས་ཀྱི་འཁོར་ལོའི་རྫོགས་རིམ་རྩོམ་རྩལ་འབྱོར་གྱི་དགོངས་གནད། ༩༡

གྱི་རྫོགས་རིམ་དུ་གྲགས་པ་ནམས་ཀྱང་། འདིར་ལས་དང་པོ་པས་བསྐྱོམ་པར་  
བྱ་ཞིང་པོགས་འདོན་དུ་ཡང་འདི་ནམས་བསྐྱོམ་བྱ་ཡིན་ནོ། །དེ་ཡང་འདི་ཡི་  
སྐབས་སུ་བདེ་བ་སྤེལ་བའི་རྟེན་དང་པོ་ལག་པའི་བྱག་རྒྱས་བསྐྱལ་བའམ་དེ་  
ནས་ཡི་ཤེས་དང་ལས་རྒྱ་དངོས་ལ་བསྐྱབ། གོམས་ཤུགས་རྒྱུད་ན་འཛིན་འགེམ་  
པ་སོགས་ཀྱིས་རྒྱུད་རྩྭ་ལ་དང་དམིགས་པ་བྱེད་པ་གཞུང་གཞན་འདྲ། དེ་ཡང་  
རང་དང་ཡུམ་དུས་འཁོར་ཡབ་ཡུམ་དུ་གསལ་བ་དྲ་བ་རྩ་གསུམ་འཁོར་ལོ་བཞི་འམ་  
དུག་གསལ་དེ་དང་སྟོང་གཟུགས་བསྐྱེ་བྱུང་ན་རབ། མཁའ་གསང་བྱིན་གྱིས་  
བརྒྱབས་ནས་སྟོམ་པར་ཞུགས་པའི་བདེ་བ་སྤྲེས་པས། དབྱལ་བའི་འཁོར་ལོ་  
སོགས་སུ་རིམ་བཞིན་ཡས་པ་བ་གྱི་དགའ་བ་དང་གཟུགས་བསྐྱེས་ཏེ་བུམ་  
ཅན་བརྒྱུད། མཐར་མོར་བུའི་རྩེར་བཅིངས་པ་གྱིན་དུ་བྱངས་ཏེ་གཙུག་ཏྲར་  
གྱི་འཁོར་ལོའི་བར་མས་བརྟན་གྱི་དགའ་བ་དང་གཟུགས་བསྐྱེས་ཏེ་བུམ་ཅན་  
འཛིན་ཅིང་མཉམ་པར་བཞག། འདི་ཐམས་ཅད་ལ་སྟོང་གཟུགས་དང་བསྐྱེ་བ་  
ཡོད་ན་རྗེས་དྲན་རྗེས་མཐུན་པ་ཡིན། མེད་ན་ལམ་གཞན་གྱི་རྫོགས་རིམ་དུ་  
འགོ་བ་ཡོད་ཀྱང་སྐབས་འདིའི་རྗེས་དྲན་གྱི་ཚུགས་སུ་མི་འགོ། མཐར་སྟོང་  
གཟུགས་ཐུག་རྒྱ་ཆེན་མོ་དང་དངོས་སུ་མཉམ་པར་སྦྱོར་བས་འཛག་མེད་གྱི་  
བདེ་བ་འདྲན་པ་ནི་རྗེས་དྲན་དངོས་མིན། དེས་ཏིང་ངེ་འཛིན་མཚན་ཉིད་པ་  
འདྲན་དེ་ས་ལམ་དངོས་སུ་བགོད་ལུས་པར་འགྱུར་རོ། །དེ་ཡང་ལས་དང་པོ་  
པ་དབང་རྩལ་ཐིག་ལེ་སྤྲོ་བའི་གནས་སྐབས་སུ་ལས་རྒྱ་ལ་མ་བརྟེན་པར་དགའ་

བཞི་ཚོགས་པར་འདྲེན་མི་རུས་པས། དེའི་ཚོ་ལས་དང་ཡེ་ཤེས་ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་  
པོ་གསུམ་གཅིག་དེའི་ཤིས་རྒྱུ་ལ་དུ་བདེ་བ་རྗེས་དྲན་བསྒྲོམ། དབང་པོ་ན་འཕྲོས་  
ཏིང་འབྱིང་དུ་གྱུར་ཅིང་། ཐིག་ལེ་རྩེད་ཟད་བསྐྱབ་པའི་སྐྱབས་སུ། ཕྱག་ཆེན་ཁོ་  
ནས་བདེ་བ་ཚོགས་པར་འདྲེན་མི་ཐུབ་པའི་དུས་ན། ལས་རྒྱ་མེད་ཀྱང་ཚོགས་  
པས། ཡེ་རྒྱ་དང་ཕྱག་ཆེན་གཅིག་དེའི་ཤིས་རྒྱུ་ལ་དུ་བསྒྲོམ་དབང་ཚོན་ཐིག་ལེ་བསྐྱབ་པའི་  
སྐྱབས་སུ་ཕྱག་ཆེན་ཁོ་ནས་ཁུ་བདེ་འདྲེན་བརྟུབ་ཀྱང་མི་འགྱུར་པའི་བདེ་བ་  
དངོས་སུ་མ་ཐོབ་པའི་བར་དེར་ཕྱག་ཆེན་ཁོ་ནར་བརྟེན་ནས་རྗེས་དྲན་བསྒྲོམ་  
བ་ཡིན་པ་ནི་མཉམ་བཞག་གཅི་ཆེ་བའི་དབང་དུ་བྱས་ཀྱི་རྗེས་ཐོབ་བརྟུལ་ཞུགས་  
ཀྱི་སྦྱོད་པ་ལ་ངེས་པ་མེད་དོ། །རྗེས་དྲན་ཀྱི་སྐྱབས་སུ་དྲགས་ནི་དགའ་བཞི་  
ཚོགས་པར་འདྲེན་ཐེམ་རེ་ལས་གཏུམ་མོའི་འབར་སྒྲུང་མཐའ་ཡས་པ་འཕྲོ་ཚུལ་  
གོང་ནས་གོང་དུ་ཁྱད་ཞུགས་པ་འབྱུང་ལ། ཀྱུན་བྱང་ཚུབ་ཀྱི་སེམས་གཏོང་  
བར་བཅའ་ཀྱང་མི་ལྟོང་བར་ཚོར་བྱ་ནས་ཤུགས་དྲག་གྱེན་དུ་རང་བསྐྱོག་ཏུ་  
འགོ་བ་དང་། རང་ལུས་སྟོང་གཟུགས་འོད་ཀྱི་དྲིལ་འཁོར་དུ་སྒྲུང་ཞིང་། དག་  
པ་དང་མ་དག་པའི་མྱིད་གསུམ་གྱི་གཟུགས་བརྒྱན་སྦྱོ་ཞིང་སྦྱང་པར་སྒྲུང་བ་  
འབྱུང་དོ། །འདི་སྐྱབས་སུ་སམ་ཏ་དང་གདན་བཞི་སོགས་རྒྱུད་སྡེ་དུ་མ་ནས།  
དང་པོ་མར་མའི་མཚན་མ་དང་། གཉིས་པ་སྒྲོག་གམ་མཐའ་སྒྲུང་། གསུམ་  
པ་རྟུལ་ཕྱན་དགར་པོའམ། དགར་པོའི་འོད། བཞི་པ་འདོད་པའི་ལྷའི་འོངས་  
སྦྱོད་ཀྱིས་མཚན་མ། ལུ་པ་ལྷའི་གཟུགས། དུག་པ་གཟུགས་མེད་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་

དུས་ཀྱི་འཁོར་ལོའི་རྫོགས་རིམ་རྩི་རྩལ་འབྱོར་གྱི་དགོངས་གནད། ༡༡

མཚན་མ། བདུན་པ་ཚོས་ཀྱི་དབྱིངས་ཀྱི་མཚན་མ། བརྒྱད་པ་བདག་ཉིད་སངས་  
རྒྱལ་སྤྱུང་བའི་མཚན་མ་སྟེ། རྫོགས་རིམ་ལ་མཚན་མ་བརྒྱད་པོ་དེ་འབྱུང་  
བར་གསུངས་པ་འདི་དག་ལ་བཤད་ཚུལ་མི་འདྲ་བ་ཅི་རིགས་ཡོད་ཀྱང་། རྣམས་  
འདིར་མར་མེའི་མཚན་མ་ནི་སོར་བསམ་དུས་ཀྱི་རྟགས་ཐམས་ཅད་དེ་ཡན་  
ལག་ཕྱི་མ་ལ་ལྟོས་ནས་རྒྱ་རྒྱུད་དུ་གསལ་བར་བྱེད་པའོ། །ཞོག་ཅོལ་རྣམས་  
ཀྱི་རྟགས་རྣམས་སྟོག་གི་མཚན་མ་སྟེ། སྤྲ་མ་ལས་རྒྱ་ཆེ་ཡང་མི་བརྟན་པས་  
སོ། །འོད་དཀར་པོའི་མཚན་མ་འཛིན་པའི་རྣམས་ཀྱི་རྟགས་ཐམས་ཅད་དེ་  
དེར་ཁྱབ་དེ་འཛིན་མེད་ཀྱི་བྱང་སེམས་རྒྱས་པས་ཅ་ནང་ཀུན་ཏུ་ཐིག་ལེ་འགྲོ་  
འོང་མཐོང་བ་དང་། དེའི་མཐུ་ལས་ཕྱི་རོལ་ཏུ་འདྲ་བའོད་སོགས་ཀྱི་སྒྲུང་བ་  
འཆར་བས་སོ། །མཚན་མ་བཞི་བཞི་ནི་རྩིས་དྲན་གྱི་རྣམས་འདིར་འབྱུང་སྟེ།  
འདོད་པའི་ལྟའི་ཡོངས་སྟོང་ནི། འདོད་ཁམས་ཀྱི་ལྟ་དང་མཚུངས་པར་མེའི་  
འདོད་ཡོན་ཐ་མལ་བ་མིན་པ་སྟོང་པའི་གཞུགས་སྒྲུབ་རྩི་རོ་རེག་བྱུང་འཆར་ཞིང་།  
དེ་ལས་འཇུག་ཤེས་དུག་དགའ་བདེ་ལ་ཡོངས་སྟོང་བ་དང་། ལྟ་བུ་ལྟའི་གཞུགས་  
ཀྱི་མཚན་མ་ནི། གཞུགས་ཁམས་ཀྱི་ལྟ་རྣམས་འོད་ལུས་སྤྱོད་པ་བཞིན།  
རང་ཉིད་སྟོང་གཞུགས་ཀྱི་ལྟ་སྒྲུབ་ཡབ་ཡུམ་དུ་གྱུར་ཏེ། འོད་ཟེར་དཔག་མེད་  
འཕྲོས་པའི་འོད་ཀྱི་དཀྱིལ་འཁོར་གྱི་ནང་དུ་རྒྱུད་ཅིང་། དཀྱིལ་འཁོར་མཐའ་  
ཡས་པ་སྟོ་ཞིང་སྒྲུབ་པ་དང་། འདོད་སྟོར་གྱི་བདེ་བ་དང་། ཁམས་གསུམ་གྱི་  
གཞུགས་བརྟན་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་དགའ་བདེ་བསྐྱེད་པའོ། །གཞུགས་མེད་ཀྱི་

མཚན་མ་ནི། གཏུམ་མོ་འབར་བའི་རྩལ་པ་རྫོགས་པས་ཁུ་བདེ་བྱད་པར་ཅན་  
སྦྱེས་ཏེ་ཅ་སྟོང་ཐལ་བདུན་རྩ་ཅ་གཉིས་ཀྱི་བྱང་སེམས་ཐམས་ཅད་དྲོས་རྩལ་  
པ་དང་། རང་གནས་སུ་ཁུ་བ་དང་། སྦྱི་བོར་སྤྱད་རྩལ་ལ། དེ་ཤིན་ཏུ་ཁུ་ཤིང་  
དབུ་མར་དྲངས་ནས་བཟུང་གིན་བཟུང་གིན། འཁོར་ལོ་དུག་འགངས་རྩལ་  
ཏེ། བརྟན་པ་ཐོབ་ན་དེ་ལྟར་འབྱུང་གི་གཞན་དུ་མིན་ནོ། །དེ་ཡང་མཉམ་བཞག་  
དང་རྒྱང་སྟོབས་ཀྱིས་རྒྱང་དང་ཐིག་ལེ་འདྲེས་པ་དེ་ཉིད་ཞག་གཅིག་དབུ་མར་  
འཛིན་རྩལ་ན་བརྒྱལ་བ་ཞེས་བྱ་སྟེ། དབུ་ལ་བར་ཐིག་ལེ་འཛིན་པར་རྩལ་ལ།  
ཞག་བཙོ་ལྟར་དབུ་མར་ཁེགས་ན་བཙིངས་པ་ཞེས་བྱ་སྟེ་མགིན་པར་འཛིན་  
རྩལ། ལྷ་གཅིག་ཁེགས་ན་བསང་བ་ཞེས་བྱ་སྟེ་སྟོང་གར་འཛིན་རྩལ། ལྷ་བ་  
དུག་ཏུ་ཁེགས་ན་བསྐྱེད་བ་ཞེས་བྱ་སྟེ། ལྟེ་བར་འཛིན་རྩལ་པར་དོ་རྩིང་འབྲེལ་  
ལས་གསུངས། ལོ་གཅིག་ཁེགས་ན་གསང་བར་འཛིན་རྩལ། ཏུག་ཏུ་ཁེགས་  
ན་ནོར་བུར་འཛིན་རྩལ་ཞེས་མན་ལུང་གྲུ་རུ་སོགས་གསུངས། དེ་ལྟར་དོ་རྩིང་  
ནོར་བུར་བརྟན་པའི་ཡེ་ཤེས་དེ་ནི་མཚོག་ཏུ་བདེ་བ་གཟུགས་མེད་པ། ཞེས་  
གསུངས་པ་ལྟར། གཟུགས་ཡིད་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་སུ་མིང་བཏགས་པ་ཡིན་ནོ། །སྐབས་  
དེར་ཐིག་ལེ་བཟུང་རྩལ་ཞེས་པ། གནས་སྐབས་རེས་འགའ་ཅམ་དུ་དེར་བཟུང་  
བ་ལ་མི་བྱ་སྟེ་ཁམས་ཀྱི་དྲངས་མ་དང་བདེ་བའི་ཡེ་ཤེས་གཉིས་གནས་དེ་དང་  
དེར་རྣམ་པ་ཀུན་དུ་ཡང་མི་ཉམས་ཤིང་རྒྱུན་གང་གིས་ཀྱང་མི་གཡོ་བར་གྱུར་  
པ། ཁུ་བདེ་འཛག་མེད་མཐར་ཕྱིན་པའི་གྲུབ་འབྲས་ཡིན་ནོ། །ཁུ་བདེ་འཛག་

དུས་ཀྱི་འཁོར་ལོའི་རྫོགས་རིམ་རྫོ་རྫེའི་རྣལ་འབྱོར་གྱི་དགོངས་གནད། ༡༡

མེད་ལྷུན་གྱིས་གྲུབ་ཆོ། ཚུལ་མེད་དུ་བཞག་ཀྱང་ནོར་བུ་ལས་བྱང་སེམས་མི་  
འཛག་པར་མ་བྱེད་གྱི། ཆེད་དུ་གཏད་ནས་ཐྱིར་ཕབ་ཀྱང་འཛག་ཏུ་མི་བརྟུབ་  
པ་ལ་བྱེར་རོ། །འཁོར་ལོ་འོག་མ་འོག་མར་ཕབ་པའི་སྐབས་སུའང་། གོང་མ་  
གོང་མ་གང་བ་དེ་ཉམས་པ་མེད་ཅིང་སྐད་ཅིག་སྐད་ཅིག་ལ་བྱང་ཆུབ་གྱི་སེམས་  
འཕེལ་བའི་ཆ་གང་ཡིན་པ་དེ་འོག་མ་འོག་མར་གསོས་པར་བྱེད་ཅིང་དེ་ལ་གོང་  
མ་གོང་མའི་རོ་བརྟན་དང་། དང་དང་རྒྱས་པའི་ཆ་ཤས་ཡོད་པས་གོང་མའི་  
ཐིག་ལེ་འོག་མར་སོང་ཞེས་བརྗོད་པ་ཡིན་ནོ། །དེས་ན་འོག་མར་ཕབ་དུས་  
གོང་མ་དང་། ཡར་བསྐྱོག་ཆོ་འོག་མ་སྟོང་པ་སོང་བ་ཡིན་པས་གནས་སྐབས་  
འདིའི་ཉམས་རྟོགས་རྒྱུད་ལ་བསྐྱེད་པའི་དགའ་བཞི་ལུགས་འབྱུང་ལྷོག་དང་།  
ལས་དང་པོ་པའི་དབབ་བསྐྱོག་གི་རིམ་པ་ལ་ཁྱད་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བ་ཡོད། ཞག་  
གྲངས་སོགས་འདི་ཙམ་ཁེགས་ཞེས་གོང་བཤད་དེ་རྣམས་མཉམ་བཞག་ཐུན་  
གཅིག་ལ་དེ་ཙམ་གནས་རྒྱས་གྱི་དེ་ལས་ལྷག་པར་མི་རྒྱས་ཏེ། ཚུ་འཁོར་གོང་  
འོག་གང་རུང་གཅིག་ཏུ་འགྲོ་དགོས་པའི་དོན་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་ཁྱབ་དེ་འཛག་  
མེད་ལྷུན་གྲུབ་ཐོབ་པའི་རྒྱུ་ནི། གཏུམ་མོ་འབར་བ་བརྟན་པ་དང་། གནས་དེ་  
དང་དེར་ཐིག་ལེའི་གང་བ་གཉིས་ཡིན་ནོ། །དེ་ཡང་གཏུམ་མོ་འབར་བ་གསོས་  
ནས། སྟིང་གའི་ནང་མ་ཞེས། རྒྱུད་གི་ཐིག་ལེ་སྟིང་གར་གནས་པ་དེ་གསོ་  
བས་ཐིག་ལེ་ཚུལ་མེད་དུ་ཁེགས་པ་མི་འབྱུང་། གཏུམ་མོ་གསོ་བའི་རྒྱུ་ནི་རོ་  
རྒྱུད་གི་རྒྱུ་བ་ཡིན་པས་དེ་ཁེགས་ན་གཏུམ་མོ་བརྟན། དེའི་སྟིང་གའི་ནང་བརྟན།

དེ་གཉིས་མ་གཡོས་པས་ཐིག་ལེ་ཚུལ་མེད་དུ་བརྟན་པ་ཡིན་ནོ། །གང་བས་  
གཡོ་མེད་དུ་གནས་པ་ནི་ཐུམ་པ་གང་བ་བཞིན་ནོ། །བདུན་པ་ཚོས་ཀྱི་དབྱིངས་  
ཀྱི་ཉམས་ནི། ལུ་བདེ་དེས་རང་བཞིན་ལྟན་སྐྱེས་ཚོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་གནས་  
ལུགས་དེ་དངོས་སུ་ཉམས་སུ་ཁྱོད་བ་སྐྱམ་བྱེད་ཅིང་། གནས་ལུགས་དེ་གིན་  
ཏུ་གསལ་པོར་མཚོན་པར་རྣམས་པ་ཡིན་ནོ་བརྒྱུད་པ་བདག་ཉིད་སངས་རྒྱས་སུ་  
འགྱུར་བའི་ཉམས་ནི། ཉིང་དེ་འཛིན་གྱི་ཡན་ལག་སྟེ། སྐྱེད་པ་ཡེ་ཤེས་རྒྱང་  
འཇུག་གི་ཆ་ཤས་ཐོབ་པས། རང་ཉིད་སངས་རྒྱས་སུ་གྱུར་པ་དང་ཆ་འདྲ་བའི་  
ཐྱིར་རོ། །གཞན་ཡང་རྗེས་དྲན་གྱི་སྐབས་སུ་ཁམས་དྲངས་མ་ཐམས་ཅད་སྐྱི་  
པོར་འདུས། ལྷ་ཏི་ལ་དུས་མེ་འབར། བྱང་སེམས་བབ་པ་ཕྱག་ཆེན་གྱིས་བཅིངས།  
དབུ་མ་དྲང་མའི་ཐིག་ལེ་གང་བས་ལུས་ཀྱང་ཐིག་ལེ་གང་། ཐིག་ལེའི་ཆ་ཤས་  
རྒྱལ་ཐུན་གྱི་ཆད་ཅམ་ལས་ཀྱང་རྟགས་སྒྲིང་མཐའ་ཡས་པ་འཆར་བའི་ཐྱིར་།  
ལའོར་འདས་ལམ་གསུམ་གྱི་གཟུགས་བརྟན་དཔག་མེད་ཅིག་ཆར་སྒྲིང་བ་རྒྱན་  
མི་འཆད་པར་འབྱུང་། དེ་རེ་རེས་ཀྱང་ལུ་བདེ་དང་ལུ་བདེ་མ་ཡིན་པའི་དགའ་  
བདེར་བྱུང་པར་ཅན་རེ་འགྲུབ་མོད་ཀྱང་། བདེ་བ་སྐྱེད་བྱེད་ཀྱི་གཙོ་བོ་ནི་དབུ་  
མར་གནས་པ་གཏུམ་མའི་རང་བཞིན་ལས་གྱུབ་པའི་རྟགས་བརྩའི་ལྟ་སྐྱེ་ཡབ་  
ཡུམ་གྱི་རྣམ་པ་ཅན་རྣམས་ཏེ། གཏུམ་མའི་མེ་དང་རྟགས་བརྩ་དང་། རྒྱུག་  
ཐུར་གཅིག་ཏུ་འདྲེས་པའི་རྒྱུད་ནི་དབུ་མར་རྣམས་གཅིག་གཅིག་ལ་འདུས་པའི་  
དཀྱིལ་ལའོར་གྱི་ལའོར་ལོའོ། །གཞན་ཡང་འཛིན་པའི་སྐབས་སུ་གཏུམ་མོ་



དུས་ཀྱི་འཁོར་ལའི་རྫོགས་རིམ་རྡོ་རྗེའི་རྣལ་འབྱོར་གྱི་དགོངས་གནད། ༡༡

འབར་བ་བརྩམས་པ་ལྟར་འཛིན་པ་ནས་རྗེས་དྲན་ལ་མཆོམས་སྦྱོར་ཚུལ། རྗེས་  
དྲན་གྱི་མགོ་ཐེབ་པ་ཙམ་ནས་སྟོང་ག་ཟུགས་ཐུག་ཀྱི་ཆེན་མོ་འདོད་པའི་ལྟ་དེ་  
ཐུབ་པ་ཡིན་ཡང་ཁྱེད་རྡོ་རྗེས་པར་འདྲོན་ཐུབ་མི་ཐུབ་ཀྱི་ཁྱད་པར་དང་། སྟོང་  
ག་ཟུགས་ཀྱིས་བདེ་བ་འཕེལ་ཐུབ་མི་ཐུབ་དང་། མི་འགྱུར་བའི་བདེ་བ་སྦྱོད་  
ཐུབ་མི་ཐུབ། དགའ་བ་བཞི་དང་བརྩམས་པ་གི་རབ་དབྱེ་འདོད་པའི་གནས་  
སྐབས་བརྩམས་པར་དག་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རིམ་པ། ཉིང་དེ་འཛིན་གྱི་སྐབས་  
སྐྱུ་ཁམས་ཐམས་ཅད་དྲངས་མ་བརྩུར་གྱུར་གྱི་བར་དུ་བཞུ་བའུལ་བྱེད་པ་ཡེ་  
ཤེས་དག་བྱེད་དང་། ཐུང་ཁམས་སོགས་ལྟ་སྦྱར་ཤར་བས་ལུས་དག་པ། ལས་  
རྒྱུང་འགགས་པས་ངག་དག་པ། བྱང་སེམས་དག་པས་སེམས་སྦྱོས་བྲལ་རྟོག་  
མེད་ཀྱི་རིག་པ་རི་ལྟ་བ་དང་། རི་སྟེན་པ་ཤེས་ཚུལ། ས་བརྩམས་ཀྱི་ཡོན་  
ཏན་བཤད་པ་སོགས་གཞན་ལས་ཤེས་པར་བྱའོ། །འདི་ལྟ་འི་ལམ་འདིར་འབད་  
ན་དེང་སང་གི་གང་ཟག་རྣམས་ལས་འབྱུང་བུང་གི་ལུས་ངག་སེམས་ཉམས་  
དང་། མཐོང་ཉམས་མྱི་ཉམས་ཏེ་རྟགས་ལྟར་གྲགས་པ་ཉེར་མཁོ་ཆེ་རིགས་  
བརྟན་པ་འདིས་མཆོཅན་ནས་མཐའ་ཡས་པའི་བར་དུ་ཤེས་པར་བྱ་བ་དང་། སྦྱོབ་  
དཔོན་ཉམས་སྦྱོང་ཅན་དང་། ཡོན་ཏན་ཅན་གྱིས་རོ་སྦྱད་པར་བྱ་སྟེ། ལམ་འདི་  
རྣམས་རྟགས་སྒྲིང་གི་ལམ་ཁྲིད་ཡིན་པས་རྟགས་ཆད་ཤེས་པ་གལ་ཆེ་ཁིང་སྟོང་  
ག་ཟུགས་ལ་གཏུགས་སྦྱས་དང་རྩིས་པོ་ཆེར་བྱེད་དགོས། སྟོང་ག་ཟུགས་མཐོང་  
བ་ཙམ་གྱིས་མི་ཆོག་སྟེ། རོ་སྦྱོད་ཚུལ་དང་། ལམ་དུ་བསྐྱེལ་ཚུལ། ཐོགས་

འདོན་ཚུལ་མ་ཞོར་བ་བྱེད་དགོས་སོ། །གང་དག་འོད་གསལ་གྱི་རང་སྣང་  
མངོན་སུམ་མཐོང་བའི་སྟོང་གཟུགས་ལྟུང་སྣང་གི་ཉམས་ཅམ་དུ་སེམས་པ་  
ནི་རྒྱད་ཟེའི་ཟབ་གནད་མ་ཤེས་པ་ཡིན་པས། སྒྲ་མ་དམ་པའི་མན་ངག་ཡིད་  
བཞིན་ཞོར་བུ་འདི་ལྟ་བུ་ལག་རྟུ་འོད་བ་རྒྱད་མི་ཟོས་པ་བྱུལ། །ཞེས་རྗེ་བཙུན་  
སྟོལ་མའི་མགོན་པོས་གདམས་པར་མཛད་དོ། །ཨ་རུ་སྒྲི་ཏའི་ཞེས་པའི་ངེས་  
ཚིག་ནི། སྟོང་གཟུགས་ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་མོ་ཡང་ཡང་རྗེས་སུ་དན་ཅིང་རྩོལ་བའི་  
དོན་གྱིས་དེ་ལྟར་བདག་ས་པ་སྟེ། སྤར་འཛིན་པའི་དུས་ཀྱི་ཁྱ་བདེ་ལས་ལྷག་  
པའི་འཛིག་མེད་ཀྱི་བདེ་ཆེན་འགྲུབ་པའི་ཕྱིར་དུལ། །རང་རིག་པས་བདེ་བ་  
སྟུང་བའི་རང་རིག་མངོན་སུམ་ཡིན་ལ། འདི་པའི་དུས་སུ་རྩ་ནང་ཀུན་བྱང་  
རྒྱུ་སེམས་ཀྱི་ཐིག་ལེས་གང་བས་རྒྱུད་ཁམས་འཕོ་བའི་སྒྲིབ་པ་དག་ནས། འཕོ་  
མེད་ལྷན་སྒྲིལ་གྱི་བདེ་བ་མངོན་དུ་ཤེས་པར་དབང་། མངོན་ཤེས་རྒྱུ་འབྱུང་  
སོགས་ཡོན་ཏན་རྣམས་སྤར་བས་ཆེར་འཕེལ་ཏེ་མཐའ་ཡས་པ་ཐོབ། ཕྱིན་  
ཐམས་ཅད་དུ་འོད་གྱིས་ཁྱབ་པ་དང་། རྣམ་སྒྲིན་གྱི་ལུས་གནས་མ་གྱུར་གྱང་  
སེམས་ལྟའི་སྦྱར་དངོས་སུ་གྱུར། སངས་རྒྱས་ཀྱི་གཟུགས་སྒྲུ་གཉིས་མངོན་  
སུམ་མཐོང་ནས་ངེས་པར་ལུང་བསྟན་པ་ཐོབ། མཐར་ཐུག་འདུ་ཤེས་དང་རྒྱ་  
ཁམས་དག་ནས་འོད་དཔག་མེད་ཀྱི་དཀྱིལ་འཁོར་འགྲུབ་པའོ། །དུག་པ་ཉིང་  
ངེ་འཛིན་ནི། ལམ་སྤར་མར་གོམས་པའི་ལག་རྗེས་གྲུབ་འབྲས་སྟེ། མས་བརྟན་  
གྱི་དགའ་བ་ཁྱད་པར་ཅན་སྒྲིལ་པའི་སྟོང་ས་གྱིས་གསང་བའི་འཁོར་ལོར་རྒྱ་

དུས་ཀྱི་འཁོར་ལོའི་རྫོགས་རིམ་རྡོ་རྗེའི་རྣལ་འབྱོར་གྱི་དགོངས་གནད། ༡༡

ཉིའི་ནང་དུ་རྒྱུ་སེམས་འགགས་ནས་མི་འགྱུར་བའི་བདེ་བ་སྐྱད་ཅིག་མ་དང་  
པོ་ཐོབ་པ་ནས་བརྩམ་སྟེ། མཐར་གཙུག་ཏིང་གྱི་འཁོར་ལོར་སྒོག་ཐིམ་སྟེ་མི་  
འགྱུར་བའི་བདེ་བ་ཉི་ཁྱིམ་སྟོང་དུག་བརྒྱ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པའི་བར་དུ་རྒྱུ་བ་  
བ་ཡིན་ལ། དུས་སྐྱོར་རེ་རེའི་རྒྱུ་སྟོང་བརྒྱད་བརྒྱ་རེ་འགགས་པས་ཉིང་རེ་  
འཛིན་གྱིས་བརྩུག་ཉིས་རིམ་པར་ཐོབ། སྐུ་བརྩུ་དུག་དག་པར་འགྱུར། མཐར་  
དཀར་ཆའི་ཐིག་ལེ་སྐྱུ་བོ་དང་རྩལ་དམར་ཆུ་འཁོར་བྱུར་བརྟན་པས་མི་གནས་  
པའི་མུང་འདས་ཐོབ། ཡོན་ཏན་རྫོགས་ཉིང་རེ་འཛིན་ལ་དབང་བསྐྱར་བ་ཙམ་  
གྱིས་དྲི་མ་ཐམས་ཅད་བྲལ་བར་བྱེད་དོ། །འདིའི་ཡུལ་ནི་སྟོང་གཟུགས་ཕྱག་  
ཆེན་དང་། མི་འགྱུར་བའི་བདེ་བ་ཆེན་པོ་བྱུང་དུ་འཇུག་པ་ལ་ས་མ་རྩི་ཞེས་ཅེ་  
གཅིག་གནས་པའི་ཉིང་རེ་འཛིན་ཏེ། དམིགས་བཙས་སྟོང་གཟུགས་དང་།  
དམིགས་མེད་བདེ་ཆེན་རོ་མཉམ་པ་ལ་སེམས་མི་གཡོ་བར་བརྟན་པ་ཐོབ་པའོ།  
དེའི་དབང་གིས་བརྟན་གཡོའི་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་བདེ་བ་ཆེན་པོའི་རོལ་བར་  
འཆར་ཞིང་མི་འགྱུར་བའི་བདེ་ཆེན་གྱི་སྐྱུ་བཞི་འགྲུབ། འདིའི་སྒོམ་ཚུལ་ཕྱག་  
ཆེན་ཁོ་ནར་བརྟན་པའི་རྗེས་དྲན་དང་ཡལ་ཆེར་འདྲ་ལ། སྒོག་ཆོག་ཏུ་ལས་  
གྱི་ཕྱག་རྒྱ་ཐ་དད་པ་མང་པོ་ལས་ཀྱང་བསྐྱབ་པར་བཤད་མི་འགྱུར་བ་དེ་དང་  
རྣམ་ཀྱུན་མཆོག་ལྟན་གྱི་སྟོང་ཉིད་དབྱེར་མེད་ལྟན་སྟེས་དོན་གྱི་ཡེ་ཤེས་སོ་སོར་  
རང་གི་རིག་པས་མངོན་སུམ་དུ་མཐོང་བའི་རྣལ་འབྱོར་མངོན་སུམ་ཆད་མའོ། །  
དེ་ཡང་དང་པོར་སོར་སྐྱེད་གྱིས་རྟགས་སྣང་མཐོང་བའི་རྒྱུ་བརྩུ་དུག་མར་ཞུགས་

པའི་རྟགས་ཡིན་ལ། དེ་ནས་རིམ་པས་སློག་རྒྱུ་དབུ་མར་ཐིམ་པ་དང་། ཉིང་  
འཛིན་འདིའི་སྐབས་སུ་ཕྱ་པའི་རྒྱུ་བརྩུ་ཅ་བ་ནས་སྤྲོ་མི་སྤྱེ་བའི་ཚུལ་དུ་གཏན་  
འགགས་ཡིན་ཅིང་། དེ་ཡང་ཁུ་བདེ་འཛག་མེད་མཐར་ཕྱིན་པའི་སྐྱོན་བྱས་  
ནས། ལས་རྒྱུ་གཅིག་འགགས། ཅ་གསུམ་གྱི་བརྩུ་གཉིས་ཆ་གཅིག་དབུ་  
མར་ཐིམ། ཁམས་དཀར་དམར་གྱི་བཤོད་པ་རེ་རེ་དབུ་མའི་ནང་དུ་གཡོ་མེད་  
དུ་བརྟན་ཞིང་ཅ་རྒྱུ་ཁམས་རྣམས་ཕྱིན་ཆད་འཕོ་མེད་རྒྱུ་མི་ཆད་པའི་སྤྲོང་  
གཞུགས་སུ་གྱུར་སྟེ་དེ་དང་ངོ་བོ་གཅིག་པའི་ཡེ་ཤེས་མི་འགྱུར་པའི་བདེ་བ་འགྲུབ།  
བརྟན་ཟིན་རྣམས་སྤྲོ་བ་ནས་འགྱུར་རྒྱུ་མེད་ལ། བརྟན་པར་མ་གྱུར་པ་རྣམས་  
དཔལ་བ་སྒྲོག་གི་ཁུ་བདེས་འཛག་མེད་དུ་བརྟན་པར་བཅིང་བར་བྱེད། ཐམས་  
ཅད་གནས་གྱུར་བ་ན་འཕོ་མེད་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྤྱུ་འགྲུབ་སྟེ། དེ་ཡང་ཉིང་རེ་འཛིན་  
གྱི་རྣལ་འབྱོར་དང་ངོ་སྤྱོད་པ་ནས་བཟུང་སྟེ་རྒྱུ་མི་ཆད་པར་བསྐྱོམ་ན་ལོ་གསུམ་  
ཕྱི་གསུམ་གསུམ་གྱིས་ཆོས་ཉིད་ཀྱི་བདེན་པ་མངོན་དུ་བྱེད་ཅིང་རྣམ་སྤྲིན་གྱི་ལུས་  
དབྱིངས་སུ་ཐིམ་ནས་ཟུང་འཇུག་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྤྱུ་དབང་བརྩུ་སོགས་ཀྱིས་བརྒྱན་  
པ་བྱུང་རྒྱུ་མེམས་དཔའ་ཆེན་པོར་འགྲུབ། ཉིང་རེ་འཛིན་གྱི་སྐབས་འདི་ལ་  
འཁོར་ལོ་དུག་ཏུ་རྒྱུང་འགགས་པའི་དབྱེ་བས་ཉིང་རེ་འཛིན་གྱི་ས་བརྩུ་གཉིས་  
དང་། རྒྱུ་བརྩུ་འགོད་པའི་ཉིང་རེ་འཛིན་བརྩུ་ཡི་དབྱེ་བར་བཤད། དེ་ལྟར་  
ན་སྤྱོར་བ་དུག་གི་མཐར་གྱུར་པའི་ཉིང་འཛིན་མཚན་ཉིད་པ་ནི་བཟོད་པ་དང་  
ཆོས་མཚོག་གི་སྐབས་ཡིན་ལ། གཙུག་ཉིང་ཅེ་མོར་རྒྱུང་སེམས་ཡོངས་སུ་

དུས་ཀྱི་འཁོར་ལའི་རྫོགས་རིམ་རྩོམ་རྩལ་འབྱོར་གྱི་དགོངས་གནད། ༩༡

འགགས་པ་ནི་ས་དང་བོ་རབ་རྩ་དགའ་བ་དངོས་ཐོབ་པ་ཡིན་ནོ། །འདིས་  
མཐར་འབྲས་གཞུགས་མུང་དང་ས་ཁམས་དག་ནས། རྣམ་པར་སྣང་མཛད་  
གྱི་དཀྱིལ་འཁོར་འཁོར་ལོ་འབྱུང་བོ། །ཁྱིད་གྱི་རྩེས་གྱི་རིམ་པ་མཚན་མོ་དང་།  
ཐུན་མཚམས་གྱི་རྣལ་འབྱོར་སོགས་ལམ་གྱི་ཡན་ལག་རྣམས་གཞན་དུ་ཤེས་  
པར་བྱའོ། །དེ་ལྟར་རྒྱད་མེད་མཚན་བཅས་གྱི་རྫོགས་རིམ་གཞན་ལས་ཆེས་  
ཟབ་སྤྲིགས་དུས་ཆེ་མུང་གཅིག་ལ་སངས་རྒྱས་མཛོན་དུ་བྱེད་པའི་ལམ་རྩོམ་རྩལ་  
རྣལ་འབྱོར་སྒྱུར་བ་ཡན་ལག་དུག་གི་རིམ་པར་བཤད་པ་འདི། རྫོགས་རིམ་  
འདིའི་གོ་དོན་ཡང་ཡིན་ལ། ཁྱིད་ཡིག་རྟགས་ཚད་གྱི་ཡི་གེ་དང་བཅས་པ་ཡང་།  
འདི་ལས་གཞན་དུ་མི་དགོས་པའི་གནད་ཚད་པ་ཡིན་ཞིང་གོགས་སེལ་དང་  
བོགས་འདོན་གྱི་ཞིབ་ཆ་རྣམས་རྩོམ་རྩལ་འབྱོར་གྱི་ཡིག་མཐོང་བ་  
དོན་ལྡན་དང་གོགས་སེལ་སོགས་ལས་ཤེས་པར་བྱ་ཞིང་། སྒྱིར་གོགས་སེལ་  
ཀྱན་གྱི་རྒྱལ་པོ་སྤྲུལ་པའི་མོས་གུས་གཅི་ཆེ་ཞིང་། གང་སྤངས་སྤྱོད་པར་ལམ་དུ་བྱེད་  
སྤྱོད་རྩོམ་རྩལ་འབྱོར་གྱི་ཡིག་མཐོང་སྤྱོད་པ་འབྱོར་། ཉམས་རྣམས་ལ་སྒྱུན་ཡོན་  
དུ་སྒྲིམ་པས་མ་བཅིང་བར་བྱུང་རྒྱལ་དུ་བསྐྱུངས་བས་གོལ་ལོ། །དེ་བཞིན་  
བོགས་འདོན་གྱི་གདམས་ངག་རྣམས་ཀྱང་ཤེས་པར་བྱའོ། །དེ་ལྟར་ལམ་ངེས་  
རྫོགས་སྤྱོད་པ་བཤད་ནས། སྒྱུར་དུག་སྟན་ཐོག་གཅིག་མའི་ཉམས་ལེན་  
ནི། སྒྱུབས་སེམས་རྩོམ་སེམས་སྒྲིམ་བཞུགས། མཚུལ་སྤྲུལ་པའི་རྣལ་འབྱོར་དང་།  
བསྐྱེད་རིམ་ལྟན་སྤྱོད་ཚུལ་ཁྱིད་རྒྱས་བསྐྱེད་པ་ལའང་སྟན་འགོར་བྱ། དངོས་

གཞི་སོར་སྤྱད་ནི་མི་གཡོ་སྤྱུལ་ལྟ་བུ་གྱི་སྒོ་ནས་ལུས་གནད་བཅས། འཁོར་སྐྱར་  
 གྱིས་ལྟ་སྤྱད་གིས་མཚན་མོ་མུན་པའི་རྣལ་འབྱོར་ཉམས་སྤྱད་སྤངས་པས་མཚན་  
 ཏྲགས་བཞི། ཉིན་མོ་སྤྱིན་མེད་ནམ་མཁའ་རྣལ་འབྱོར་དུ་བྱས་པས་ཉིན་ཏྲགས་  
 སྤྱག་འབྱུང་། བསམ་གཏུན་ནི་སྤྱོད་གཟུགས་ལ་དམིགས་ཏེན་བྱས་ཏེ་ཤེས་  
 རབ་དང་། རྟོག་དབྱེད་དགའ་བདེ་སེམས་པའི་ཡན་ལག་ལྷ་ལྷན་གྱི་བསམ་  
 གཏུན་སྐབ་པས། འོད་སྤྱང་གསལ་ཞིང་འགྲོ་བ་སོགས་ཏྲགས་སྤྱང་སྤྱར་བས་  
 གསལ་བ་འབྱུང་། དེ་ནས་དོ་རྩེའི་བསྐྱུས་པས་རྩ་ལམ་སྤྱངས་ནས། སྦྱོར་བ་  
 བཞི་ལྟ་བུ་གྱི་བུམ་ཅན་བསྒྲུམ་པའི་རྒྱུད་ལ་དབང་ཐོབ་པའི་ཕྱིར་སྟོག་རྩེལ་བསྒྲུམ་  
 པ་སྟེ་དོན་རྒྱ་ཏིའི་འཁོར་ལོ་བཞིའི་ནང་དུ་རྒྱུད་འགྲོ་འོང་བྱེད་པའོ། །དེ་ནས་  
 སྟོག་རྒྱུད་རྣམས་རྒྱ་ཏིའི་ནང་གི་མི་ཤིགས་པའི་ཐིག་ལེ་ལ་ཐིམ་པའི་ཆེད་དུ། འཁོར་  
 ལོ་སོ་སོའི་གནས་རྣམས་སྤྱི་བུམ་ཅན་བཟུང་བས་གནས་དེ་དང་དེའི་ཐིག་ལེ་ལ་  
 ཐིམ་པར་བསྒྲུམ་པ་འཛིན་པ། རྒྱ་ཏིའི་ནང་དུ་བུམ་ཅན་བཟུང་སྟེ། རྩེ་བའི་  
 གཏུམ་མོའི་མེ་འབར་བས། སྦྱི་བོའི་རྟ་ཁུ་བས་འབར་འཛག་ལ་བསྐྱབ་པས་  
 ཁུ་བདེ་བསྐྱེད་པ་ནི་བདེ་བ་རྗེས་སྤྱད་པ་སྟེ། ཡས་བབ་གྱི་དགའ་བཞི་ངོས་  
 བཟུང་ཞིང་སོ་སོའི་གནས་སྤྱི་རྒྱུད་ཤིག་སྤྱོད་གཟུགས་དབྱེར་མེད་དུ་བསྐྱེས་ཏེ་  
 མཉམ་པར་བཞག་པའོ། །དེ་ནས་ནོར་བུའི་རྩེ་ནས་རྒྱུད་སྤྱོད་པས་གྱིས་གྱེན་དུ་  
 བསྐྱོག་པས་ནོར་བུའི་འཁོར་ལོ་ནས་བཙུག་ཏྱིར་རམ་མཁའི་བར་དུ། རྩ་རྒྱུད་  
 ཐིག་ལེ་ཐམས་ཅད་སྤྱོད་གཟུགས་དང་མི་འགྱུར་བའི་བདེ་བ་དབྱེར་མེད་པའི་

དུས་ཀྱི་འཁོར་ལོའི་རྫོགས་རིམ་རྩོམ་པ་རྣམས་ཀྱི་དགོངས་གནད། ༡༡

འོད་གསལ་འཕོ་མེད་དུ་ཐིམ་པར་བསམ་པ། མས་བརྟན་གྱི་དགའ་བཞི་མོས་  
སློབ་དུ་བྱེད་པ་ཉིང་དེ་འཛིན་གྱིས་སློབ་པའོ། །ཡན་ལག་བྱི་མ་འདི་བཞིར་སློབ་  
གཟུགས་དང་བསྐྱེད་པ་རྩིས་མཐུན་ཅམ་འོང་ན་སློབ་དུག་གི་ཉམས་ལེན་ཆ་མཐུན་  
ཅམ་དང་། མིན་ན་ཡིད་ཀྱི་མོས་པས་དེ་ལྟར་དམིགས་པས་ཀྱང་མོས་སློབ་ཅམ་  
དུ་འགྱུར་བ་ཡིན་ནོ། །དུས་ཀྱི་འཁོར་ལོའི་རྒྱུད་ལས་གསུངས་པའི་སློབ་དུག་  
འདི་ནི་རྫོགས་རིམ་དངོས་ཡིན་ལ་གསང་བ་འདུས་པ་ལས་གསུངས་པའི་སློབ་  
དུག་ནི་གཙོ་ཆེར་བསྐྱེད་རིམ་དང་འབྲེལ་བ་ཡིན་ཏེ། རྒྱུད་དེ་ལས། སོ་སོར་  
སློབ་དང་བསམ་གཏན་དང་། གཟུགས་དག་གཏོང་དང་གཟུང་བ་དང་། རྩིས་  
སྤྱན་དང་ཉིང་འཛིན་ནི། སློབ་པའི་ཡན་ལག་དུག་ཅིས་བྱ། ཞེས་རྣམས་  
འབྱོར་གྱི་ཡན་ལག་དུག་དང་ལྡན་པའི་ཉིང་དེ་འཛིན་འདི་གསུང་བ་ཡིན་ལ། དེ་  
རྣམས་གང་ཞེན། དང་པོ་ནི། སློབ་པ་ལ་གནས་པ་སྟེ། དེ་ཡང་རི་ལྷོད་ལྟར་  
ཁྲིམས་དག་པ་ལ་གནས་པ་རྣམས་འདོད་པས་གཡེང་བ་དང་འགྱོད་པ་མེད་པར་  
གནས་ཤིང་རྟག་ཏུ་དབང་པོའི་སྒོ་བསྐྱམས་པ་ནི་ཉིང་དེ་འཛིན་སྟེ་བའི་རྒྱ་ཡིན་  
པ་དེ་བཞིན་དུ། སྐབས་འདིར་སོ་སོར་སློབ་པ་ཡང་། ཡུལ་དང་དབང་པོའི་སྒོ་  
ནས་རྣམ་ཤེས་སྟེ་བ་ཐམས་ཅད་སྒྱུན་དུ་བལྟས་ཏེ་སློབ་པ་དང་། དངོས་པོར་  
བལྟས་ཏེ་མཚན་མའི་རྩིས་སྤྱེད་འབྲང་བ་གཉིས་གང་ཡང་མིན་པར། རྟག་ཏུ་  
རང་ཉིད་ལྟའི་བདག་ཉིད་དུ་བལྟས་ཏེ་སྤྱད་པས། ཐམས་པའི་དབང་པོ་རང་  
བཞིན་གྱིས་བསྐྱམ་པ་དང་། འདོད་པ་བཀག་པའི་གདུང་བས་ཀྱང་མ་ཡིན་

ལ། རྒྱལ་བའི་བྱིན་བརྒྱབས་ཀྱང་ཉེ་བར་གྱུར་པས། བསམ་གཏན་གྱི་སྡོད་  
 ཏུ་གྱུར་བའི་བྱིན་སྐྱོད་སྡོད་བའོ། །ཞེས་འདོད་པའི་གཡེང་པ་སྡོད་ས་བས་  
 སྐྱོད་པའང་ཟེར་ཉེ་བདེ་བར་ལོངས་སྡོད་པས་སོ། །བསམ་གཏན་གྱི་  
 ཡན་ལག་ནི། ལྷ་ཡི་གསང་བ་གསུམ་ལ་དམིགས་པའི་བསམ་གཏན་འདོད་  
 བ་དང་སྒྲིག་ཏེ་མི་དགོ་བའི་ཆོས་ཀྱིས་དབེན་པ་ལས་སྦྱེས་པ་སྟེ། རྟོག་དཔྱོད་  
 དགའ་བདེ་སེམས་རྩེ་གཅིག་པའི་ཡན་ལག་ལྷ་ལྷན་ཏེ། གསང་གསུམ་གྱི་མཚན་  
 ཉིད་རྟོགས་པའི་རྟོག་པ། དེ་ལའང་དཔྱོད་པའི་དཔྱོད་པ། དེ་ལས་གསང་  
 གསུམ་འདྲ་སྣང་གི་རྣམ་པ་འབྱུང་ཞིང་། འདོད་པས་དབེན་པ་སྤར་མ་སྡོད་པའི་  
 ཡིད་དགའ་བ་རྒྱབས་པོ་ཆེ་སྟེ་བས་དགའ་བ། བདེ་བའི་ལུས་སེམས་ཤིན་སྡུང་  
 གི་བདེ་བ་སྡོད་པ། སེམས་ནི་རང་རིག་པའི་ངོ་བོར་གྱུར་པ་རྩེ་གཅིག་པའོ། །  
 དེ་ནས་དབུགས་དགག་ཅིང་བཏང་བའི། དབུགས་རྒྱ་བའི་འགན་དང་ལམ་  
 དང་བྱེད་པ་སྐོག་ལ་དམིགས་ནས་འབྱེན་འཇུག་སྐོག་བྱེད་པ་དང་། རྟགས་  
 ཡོད་པར་ལུས་དང་ལྷ་འི་རང་བཞིན་དུ་ཡང་དམིགས་པའོ། །དེས་རྩེ་ལམ་སྡུངས་  
 བས། འཛིན་པ་ནི་དབུགས་ནང་དུ་འཛིན་ཅིང་བྱིན་མི་གཏོང་བར་བཀག་སྟེ་  
 བསྐྱེལ་བ་ལ་རིམ་གྱིས་གོམས་པས། དབུགས་དང་སེམས་འདུས་ནས་དུ་བ་  
 སྐོག་ལ་རྟགས་ལྷ་མིག་ལམ་དུ་སྡུང་བ་བྱི་རྟགས་དང་། བྱང་རྟགས་སེམས་རེ་  
 ཞི་རེ་བཏན་དུ་གྱུར་པའོ། །དེ་ནས་རྗེས་དྲན་ནི་སྟེང་ལོག་གི་སྒྲོ་གང་རུང་ནས་  
 ལྷ་འི་གསང་གསུམ་གྱི་རྣམ་པའི་འོད་ཟེར་གྱི་སྒྲོ། བ་སྐྱ་རྒྱ་ཆེ་ཆུང་གངས་མང་



དུས་ཀྱི་འཁོར་ལོའི་རྫོགས་རིམ་རྡོ་རྗེའི་རྣལ་འབྱོར་གྱི་དགོངས་གནད། ༡༡

ཉུང་གིས་སེམས་ཀྱི་རྩལ་སྦྱངས་པར་བྱེད་པའོ། །དེ་གོམས་ནས་ཉིང་དེ་འཛིན་  
ནི། གོང་མ་ལྟར་རྩལ་སྦྱངས་པའི་བྱགས་ཀྱིས་ཡེ་ཤེས་རང་རིག་པ་རྣམ་པར་  
མིནྟེག་པ་ཐོབ་སྟེ་སྦྱིབ་པའི་བྱ་བ་གཅོད་པའོ། །དེ་དག་གི་ཡོན་ཏན་ཡང་སོ་  
སོར་སྦྱོར་བ་ལས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་དགོངས་པར་འགྱུར། བསམ་གཏན་ལས་  
མངོན་པར་ཤེས་པ་འགྲུབ་པ་སོགས་འབྱུང་ངོ། །ཁྱུང་ཐོབ་ཨ་ཁུན་པ་ལ་དོ་  
རྗེ་རྣལ་འབྱོར་མས་དངོས་སུ་རྩལ་པའི་དོ་རྗེ་གསུམ་གྱི་བསྟོན་སྦྱབ་ཞེས་པ་སོར་  
བསམ་སྟེ། སྟོག་འཛིན་གསུང་། དཔྱད་ཉིང་བྱགས་རྡོ་རྗེའི་རྣལ་འབྱོར་ཞེས་  
སྦྱོར་བ་ཡན་ལག་དྲུག་སྟོན་པ་ཡིན་ཡང་། སྟེང་ལོག་བར་གྱི་སྦྱིལ་ཀྱང་སོགས་  
ལས་གནད་དང་རྒྱུད་སྦྱོར་དང་། འབྱུང་ལུའི་གདན་དང་ལྟ་སྟེ་ཡབ་ཡུམ་བར་  
གྱི་དམིགས་པ་དང་། རྟོར་བཞུགས་དང་ཁུ་བདེ་ལ་བརྟེན་ནས། ཉགས་བཅུའི་  
སྟོང་གཟུགས་མཐོང་བ་དང་། རྒྱུད་དབུ་མར་འཛིན་ཞིང་ཐིམ་པར་བྱས་ཏེ་གཏུམ་  
མོའི་མེས་སྦྱངས་ཤིང་། ལས་དང་ཡེ་ཤེས་ཕྱག་ཆེན་གསུམ་རིམ་བཞིན་བརྟེན་  
ཏེ་མི་འགྱུར་བའི་བདེ་བ་སྦྱབ་པས། དཔུ་མ་སྒྲ་གཅན་གྱིས་ཐོག་མར་དཀར་  
ཆ་དང་། དེ་རྗེས་དམར་ཆ་བཞིང་དེ་རྗེས་སྟིགས་མ་རྣམས་ཀྱང་ཐོས་ཏེ་རིམ་  
བས་དངས་མར་འགྱུར་ཞིང་། རུལ་བྲལ་འཕོ་མེད་ཀྱི་སྦྱུ་འགྲུབ་པར་བྱེད་ལ།  
དེའི་ཡན་ལག་ཏུ་ལས་བཞི་སོགས་བསྦྱབ་པ་དང་། བད་སོགས་ཀྱི་གོགས་  
བསལ་བའི་གདམས་ངག་མང་པོ་བྲབ་པར་བསྟན་པ་ཡོད་ངོ། །དེ་ལ་སོགས་  
པ་རྒྱུད་སྟེང་རྫོགས་རིམ་གཅིག་ལའང་གང་བྲག་གི་དབང་པོ་དང་བསྟན་པའི་

ལམ་གནད་གི་ཁྱད་པར་མི་འདྲ་བ་སྣ་ཚོ་གསལ་ཡོད་ཀྱང་དུས་ལོས་གི་རྒྱད་དང་  
མན་ངག་ལས་གསུངས་པའི་སྦྱོར་བ་ཡན་ལམ་དུག་གོང་དུ་བཤད་བ་རྣམས་ནི་  
རྫོགས་རིམ་གི་རྒྱལ་པོ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་སྦྱོར་བ་ཡན་ལམ་དུག་གི་དགོངས་  
གནད་གསལ་བྱེད་གི་མན་ངག་པེ་རྒྱུའི་མེ་ལོང་ཞེས་བ་འདི་ནི། རྗེ་བཙུན་  
སྦྱོལ་པའི་མགོན་པོའི་སྦྱོར་དུག་གི་ཁྱིད་ཡིག་མཐོང་བ་དོན་ལྡན་དང་སྦྱོར་དུག་  
གི་རྟགས་ཚད་གི་ཡི་གེ་གཉིས་ལ་གཞི་བྱས་དུས་ཞབས་དང་ག་མ་མེའི་སྟན་  
བརྒྱད་སོགས་མན་ངག་གི་ཡིག་ཆ་རྣམས་ནས་ཅུང་ཟད་ཁ་བསྐྱངས་ཏེ་མི་པམ་  
འགྱུར་མེད་མི་བསྦྱོད་དོ་རྗེས་ཁྱ་འགྱུ་བདེ་མཆོག་པོ་བྱང་དུ་སྦྱེལ་དཔོ་ལྷའི་  
དམར་ཕྱོགས་རྫོགས་བ་གསུམ་པར་གྱུ་བ་པར་བགྱིས་བ་འདིས་གཞན་ལ་པན་  
བ་རྒྱ་ཆེན་འབྱུང་བར་གྱུ་ཅིག ཀུན་མཁྱེན་སྤྱི་མཐོང་གསུང་རབ་མྱེད་དུ་བྱུང་བ་  
འདི་ཉིད་ཐུག་བྱིས་ལས་དཔེ་བལྟས་མ་གྲུབ་པར་ཞེ་ཆེན་དུ་སྒྱུབས་རྗེ་བསྐྱེད་  
རྗེའི་མཆོད་སྦྱོང་རིན་པོ་ཆེའི་ནང་དུ་བཞུགས་པ་མེ་བྱིན་གཤམ་དུས་གི་འགྱུར་  
བས་ཆོས་སྡེ་ཐམས་ཅད་གི་ཉེན་གསུམ་སྦྱུ་འཛོགས་སྐབས་ཉེན་རྣམས་ཕྱིར་བྱུང་  
པ་ན་མ་ཕྱི་སྦྱར་འཛུང་མི་ཉན་པར་ཁོ་བོས་གསོལ་བ་བཏབ་པ་བཞིན་དད་དང་  
དམ་ཚིག་རྣམ་པར་དཀར་པའི་ལེགས་བྱས་གི་ཐུག་བྱིས་དོ་མ་དོས་ལམ་གནད་  
འབྱོར་བྱུང་བ་གིན་ཏུ་དད་ཅིང་སྦྱོ་བ་ཆེན་པོས་སྦྱུ་ལ་རང་ཉིད་གི་ཞལ་  
བལྟས་གིང་། སྦྱར་གོག་ལུང་ཡི་གེའི་འདུ་བྱེད་ཐུགས་སངས་སྤྱི་མ་བཀྲ་

དུས་ཀྱི་འཁོར་ལོའི་རྫོགས་རིམ་རྩོམ་ལྟེན་ལ་འབྱོར་གྱི་དགོངས་གནད། ཨོ།

གིས་དབང་ལྷན་གྱིས་བཀྲིས་པ་འདིས་ཀྱང་དབལ་ལྡན་སྒྲ་མ་དུས་ཀྱི་འཁོར་  
ལོས་རྩོམ་ལྟེན་ལྟེན་པའི་རྒྱུ་རྒྱུར་ཅིག་མཛུགས། ལྷ་ཉི། །

ཨོ་སྒྲ་ཉི། ཆོ་འདིར་བྱང་འཇུག་སར་སྒྱུར་བའི། ལྷ་ལམ་རྩོམ་ལྟེན་  
འབྱོར་ནི། ལྷ་ལྟེན་པ་ཡན་ལག་དུག་གི་ཁྱིད། འཇུག་དབལ་དགྱེས་པའི་ཞལ་  
ལུང་འདི། ལྷ་ལྟེན་པ་སྒྱུར་བའི་དགོངས་མཁུས། བདག་གཞན་འབྲེལ་  
བཅས་སྒྲིབ་འཇུག་གིང་། ལྷ་ལྟེན་ཀྱི་འཁོར་ལོ་ཡིས། རྩོམ་བྱུང་དོན་  
གཉིས་བཀྲ་གིས་ཤོག ཅིས་བཤད་ནས་དཀར་ཁྱེད་པ་པོ་རང་ཉིད་ཀྱིས་སྒྲིབ་བཤོ། །

༄། རྩི ༡ ཅི་ལུ་རུ་ལུ་འ་བེ་རྩི་མི་ག་རྩུ་  
ལམ་མི་འ་ལུ་ལུ་རྩུ་འ་བེ་འ་ར་འི་སྒྲ།

༄། ལྷན་སྒྲའི་མདོ་ཚོག་བསྐྱེས་པ་བདུང་  
ཅིའི་བུམ་བཟང་ཞེས་བྱ་  
བ་བཞུགས་སོ། །

ན་མོ་ལུ་རུ་ལུ་རྩུ་འ་ལ། གང་གི་མཚན་ཙམ་ཐོས་པས་སྤྱིད་འགོ་ཡི། ལྷན་བསྐྱེས་རྒྱ་དང་བཅས་པ་རབ་  
སྤངས་ནས། ལྷ་མེད་བྱང་ལྷུ་མཚོག་ཏུ་འདྲན་མཛད་པ། འུ་ཀྱའི་དོག་བཅས་བདེ་གཤེགས་བདུན་ལ་  
འདུད། བདེ་གཤེགས་བདུན་གྱི་སྒྲོན་ལམ་བསྐྱན་པའི་མདོ། ཚོགས་ལེགས་མཛད་མཁན་ཆེན་ཞི་འཚོའི་  
གཞུང། ལྷ་ལས་སྤྱིད་པོར་བྱེད་ཏེ་འཇུག་བདེའི་བྱེད། ལྷ་སྐལ་བའི་དགའ་གིས་ཚོགས་སུ་བཅད་པ་བསྐྱེད་སྤངས། །  
འདིར་བདེ་གཤེགས་བདུན་གྱི་སྒྲོན་ལམ་གྱི་བྱང་པར་རྒྱས་པའི་མདོ་ཚོག་ཉམས་སུ་ལེན་པར་འདོད་པས།  
རབ་གསོ་སྒྲོན་ལ་གནས་པས་ལྷས་དང་གཅིང་སྒྲ་དང་ལྷན་པར་བྱས་ནས་གནས་ལང་བྱེད་པར་བྱས་ཏེ་མེ་དོག་  
དང་སྒྲོས་བཀྲམ་པའི་སྤྲེགས་བུར་བདེ་གཤེགས་བརྒྱད་ཀྱི་སྒྲ་བརྒྱན་དང་། ལྷན་མདོའི་སྤྲེགས་བམ་གྱི་མདུན་  
དུ་འཇུ། ཡང་ན་གཞལ་ཡས་ལང་གི་ཐིག་བཟུང་ལ་དེར་ལྷ་གནས་སུ་ཚོམ་བྱ་འགོད་པའམ། མཆོད་ལ་ཚོམ་  
བྱ་རྒྱས་བསྐྱེས་ཅི་འོས་སུ་བཀོད་པ་ལྷ་གནས་ཀྱི་གངན་ས་འཛིན་པ་ཙམ་དུ་བྱས་པའི་མདུན་དུ། མཚོད་པའི་  
གཙོ་བོ་མར་མེ་དང་སྐྱ་ཚོགས་པའི་མདོག་ཅན་གྱི་བདན་ཞེད་ལུའི་བར་དང་། རྒྱས་པར་དེ་སྤྲེད་ལྷ་གངས་  
དང་མཉམ་པ་སོད་སུའི་འཕྱོར་བར་བཤམས། གཞན་ཡང་ཉེར་སྤྱོད་རྩལ་མོ་གཏུགས་རྒྱལ་མཚན་ན་བཟུང་  
ཟིན་ཆེན་བདུན་རྩལ་རྟགས་བརྒྱད་སྤྲེགས་དངོས་འཕྱོར་གྱི་མཚོད་པ་ཡིད་དུ་འོང་བས་བསྐྱོར། ལུས་ལྷས་  
འདོད་པས་དྲི་བཟང་གིས་བཀའ་བའི་བུམ་པ་ཆས་ལྷན་དང་། ལྷ་ལྷས་གསོལ་པའི་མེ་ལོང་ན་བཟུང་། ཚོས་  
སྤྱོད་དང་གཞི་བདག་ལ་འབུལ་རྒྱུའི་དཀར་གཏོར་རྒྱུད་སྤྲེགས་འདུ་བྱའོ། །འཇུ་ན་དུས་སུ་སྤྱོན་པ་དང་སྤྱོན་

3 4 5

ཐམས་ཅད་དུ་ཡོང་ཡེ་དཔལ་གྱིས། སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་  
ཐམས་ཅད་ཀྱིས་བདག་ལ་ཐུགས་བརྩེ་བའི་སྤྲད་དུ་བདག་བཞེས་སུ་གསོལ། །  
ལན་གསུམ། བྱང་ཆུབ་སེམས་བསྐྱེད་པའི། སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་  
ཐམས་ཅད་བདག་ལ་དགོངས་སུ་གསོལ། །བདག་ཅག་གིས་དུས་འདི་ནས་  
བཟུང་ཞེ་ནམ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སྒྲིང་པོ་ལ་མཆིས་ཀྱི་བར་དུ། དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་  
དང་བྲལ་བ། ཡུང་པོ་དང་ཁམས་དང་སྐྱེ་མཆིད་དང་གཟུང་བ་དང་འཛིན་པ་  
རྣམ་པར་སྦྲངས་པ། ཆོས་བདག་མེད་པ་མཉམ་པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར། རང་གི་སེམས་  
གདོད་ནས་མ་སྐྱེས་པ་སྒྲིང་པ་ཉིད་ཀྱི་ངོ་བོ་ཉིད་དུ། རི་ལྗང་སངས་རྒྱས་བཙུམ་  
ལྗན་འདས་རྣམས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱིས་བྱང་ཆུབ་དུ་སེམས་  
བསྐྱེད་པ་དེ་བཞིན་དུ་བདག་གིས་ཀྱང་བསྐྱེད་དོ། །འདི་ཡན་རྣམ་སྣང་མཛོན་བྱང་གི་ཆོག་  
གོ་མཆོད། ལན་གསུམ་བྱས་དེ་སྒྲིང་པ་ཉིད་ལ་སྒྲོ་ཅི་རྒྱས་སུ་མཉམ་པར་བཞག་དེ་ལྗང་མ་རྟོགས་པའི་སེམས་  
ཅན་ལ་སྒྲིང་ཐེ་ཆེན་པོ་བསྐྱེད་དེ། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་དུ་རྫོགས་པའི་སངས་  
རྒྱས་ཐོབ་པར་བྱ། དེའི་ཆེད་དུ་བཙུམ་ལྗན་འདས་བདེ་བར་གཤེགས་པ་བརྒྱད་  
ཀྱི་ལྷ་ཆོག་ལ་འཁོར་དང་བཅས་པ་རྣམས་ལ་ཕྱག་མཆོད་ཐུགས་དམ་བསྐྱུལ་བ་  
ལ་སོགས་པའི་ལམ་གྱི་རིམ་པ་ལ་གནས་པར་བྱའོ། །ལན་གསུམ་གྱིས་ཀུན་རྫོབ་  
བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་བསྐྱེད་ནས། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བདེ་བ་དང་སོགས་  
ཆོད་མེད་བཞི་སྟོམ་པ་རྣམས་སྡོན་འགྲོའོ། །དེ་ནས་ཆོག་འདི་དངོས་གཞིའི་དང་  
པོར་ས་གཞི་སོགས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་པའི། དཀོན་མཆོག་རིན་ཆེན་གསུམ་གྱི་

3 4 7

སྒོ་ལྟན་པ། འིན་ཆེན་པ་སྤྱི་རྒྱལ་པོས་བརྟེན་པ་ཡི། གཤམ་མེད་ཁང་མཚོག་  
ཆེན་པོ་འབྱུང་གྱུར་ཅིག །ཁང་བཟང་ཕྱིན་རྒྱལ་སོ། དེ་དབུས་འིན་ཆེན་སངས་ཀྱི་པ་སྤྱི་  
གདན། །མཛེས་ཤིང་ཡངས་པར་བདེ་གཤེགས་བརྒྱད་ལ་སོགས། རྒྱལ་བ་  
རྒྱལ་སྒྲིལ་དམ་ཚིས་སྤྱང་པའི་མགོན། །སོ་སོར་འཚམས་པའི་གདན་བཟང་  
འབྱུང་གྱུར་ཅིག །གདན་ཁྱིམ་བཟོ། ཕྱིན་ཀུན་ཏུ་ལྟ་མིའི་ཡོ་བྱད་མཚོག་ །རྩོལ་  
མོ་རྒྱན་ཐེང་ཞལ་ཟས་ན་བཟའ་སོགས། །སྒྲིལ་བཅས་རྒྱལ་པའི་སྒྲོན་ལམ་  
ལས་བྱུང་པའི། །ཀུན་བཟང་མཚོན་པའི་སྒྲིན་གྱིས་མཛེས་གྱུར་ཅིག །མཚོན་པ་  
བརྒྱབ་པ་སྟེ་བཞི་སྒྲོན་པོ། །མཚོན་གཟུངས་གསུམ་མམ་བདུན་བརྟེན་ལ་སྒྲུང་ཡང་བདེན་པའི་སྒྲོབས་གྱིས་  
སྒྲོན་ལམ་གདབ་པ་ནི། དཀོན་མཚོག་གསུམ་གྱི་བདེན་པ་དང་། སངས་རྒྱས་དང་  
བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཐམས་ཅད་གྱི་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་དང་། ཚོགས་གཉིས་  
ཡོངས་སུ་རྒྱ་ཐོགས་པའི་མངའ་ཐང་ཆེན་པོ་དང་། ཚོས་གྱིད་བྱིངས་རྣམ་པར་དག་  
ཅིང་བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་པའི་སྒྲོབས་གྱིས་རི་ལྟར་སྒྲོན་པ་དེ་དེ་བཞིན་ཏུ་འགྲུབ་  
ཅིང་། འཕགས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་གདན་འཛོམས་ནས་དེ་བཞིན་ཏུ་བྱིན་གྱིས་  
བརྒྱབས་ཤིང་བཞེས་ཏེ་ཡོངས་སྒྱུད་པར་གྱུར་ཅིག །ཅིས་ཅིས། དེ་ནས་སྒྱུན་འཛིན་པ་  
ནི། བདག་ཅག་སྟོགས་མའི་འགྲོ་བ་མགོན་མེད་ལ། །ཐུགས་རྗེས་ལྷག་པར་  
དགོངས་ཏེ་ཞིང་མཚོག་ནས། །བདེ་གཤེགས་བདུན་དང་ཤུ་ཀྱའི་རྒྱལ་པོ་སོགས། །  
རྒྱལ་བ་རྒྱ་མཚོ་རྒྱལ་སྒྲིལ་ཚོགས་དང་བཅས། །དམ་ཚིས་སྤྱང་མཛད་འཛིག་  
རྟེན་སྦྱང་བ་རྣམས། །མགོན་སྒྱུབས་དབུང་གཉིན་སྤྱང་ཏུ་སྒྱུན་འཛིན་ན། །



ཡངས་པ་ཅན་དུ་བདེ་བར་གསལ་བ་ཡིས། མདོ་ཚོག་འདི་ཉིད་གསུངས་  
 པའི་དུས་བཞིན་དུ། ཉིད་འདིར་མཆོད་ཚོགས་སྐྱེད་པའི་དགྲིལ་འཁོར་འདིར། །  
 རྩུ་འཕྲུལ་ཐུགས་རྩེའི་སྒྲིབས་ཀྱིས་གསལ་བ་ནས་ཀྱང་། གདན་འཛོམ་མཛད་  
 ཅིང་བདག་སོགས་སེམས་ཅན་རྣམས། ཐུགས་རྩེ་ཆེན་པོས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་  
 བར་མཛོད། གསལ་བ་བྱོན་སྐྱེ་འབྱི་མེད་པའི་སྐྱེ། ཇི་ལྟར་སྒྲོན་བཞིན་ཡོད་  
 བ་ལྟར། དཀར་པོ་འཆར་བའི་ཚུལ་བཞིན་དུ། འཛིག་རྟེན་སྐྱབས་སྐྱུ་གསལ་བ་  
 སྐྱུ་གསོལ། བདེ་བར་གསལ་བ་སོ་བཅོམ་ལྟན་འདས། བདག་ཅག་བསོད་  
 བསམས་སྐྱལ་བར་ལྟན། བདག་གིས་ཐུལ་བའི་མཆོད་ཡོན་འདི། བཞེས་ནས་  
 བདག་ལ་དགུས་པར་མཛོད། རྩོད་ཀྱི་རང་བཞིན་ཡོངས་དག་པས། རྩོད་  
 སོགས་འཆིང་བ་མི་མངའ་ཡང་། བདག་ཅག་སྒྲིབ་པ་སྐྱེད་སྐྱེད་དུ། གཙང་  
 མ་ཆབ་ཀྱི་སྐྱེ་བུས་གསོལ། སྐབ་འཇམ་ཡང་བ་ལྟ་ཡི་གོས། མི་ཐུང་དོ་རྩེའི་  
 སྐྱེ་བཞེས་ལ། མི་ཐུང་དད་པས་བདག་འབུལ་ན། བདག་ཀྱང་དོ་རྩེའི་སྐྱེ་བོ་  
 ཤོག། གཙང་དང་གདན་བྲི་ཡངས་པ་ལ། ཐོགས་དང་དོག་པ་མེད་པའི་སྐྱེ། །  
 མཉམ་ཉིད་ཚུལ་གྱིས་འདིར་བཞུགས་ལ། བདེ་བར་སྐྱུར་བ་བཞེས་སྐྱུ་གསོལ། །  
 དེ་ལྟར་སོ་སོའི་ཞིང་ཁམས་ནས་རྩུ་འཕྲུལ་གྱིས་ནམ་མཁའ་ལ་གསལ་བ་ཏེ།  
 གཞལ་མེད་ཁང་གི་དབུས་སྐྱེ་བའི་བྲི་ཆེན་པོ་བརྒྱད་ལ་དེ་བཞིན་གསལ་བ་  
 བ་བརྒྱད་བཞུགས། ཆོས་པོ་ཉི་ཡང་བཞུགས། བར་གྱི་སྐྱམ་ཐུལ་བྱང་ཚུབ་  
 སེམས་དཔའ་གྲོང་གཞི་ལས་བྱུང་བ་སོགས་བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའ་དཔག་ཏུ་

མེད་པའི་ཚོགས་གདན་བཤམས་པ་ལ་བཞུགས། དེའི་མདུན་དུ་འཇམ་དཔལ་  
དང་སྐྱབས་གོལ་དང་ཕྱག་ན་རྩོམ་གསུམ་གདན་འཛོམ་པས་སྟོན་གྱི་ཐུགས་  
དམ་བསྐྱལ་ཁིང་སྟོན་ལས་མཛད་པར་བཞུགས། གསུམ་པ་ལ་གཡས་གཡུ་  
དུ་ཆོངས་པ་བརྒྱུན་དང་། གཡོན་གཡུ་དུ་གཞོད་སྟོན་གྱི་སྟེ་དཔོན་བཅུ་གཉིས་  
དང་། སྟོན་བཞིར་རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོ་བཞི་རྣམས་རང་རང་གི་གདན་ལ་བཞུགས་  
ཏིང་མ་བཅས་པ་སྐྱབ་པར་བསམ་མོ། །དེ་ལྟར་བཞུགས་པ་ལ་ཕྱག་སྐོས་མཚོན་པ་འབུམ་  
བར་བྱས། སྟོན་པ་མཉམ་མེད་ཤུ་གཉི་རྒྱལ་པོ་དང་། ཆོས་གྱི་རྒྱལ་པོ་འཇམ་  
དཔལ་གཞོན་ནུའི་ཞབས། །བཀའ་དྲིན་མཚུངས་མེད་མཁན་ཆེན་ཞི་འཚོ་  
སྐུ་གས། །དངོས་བརྒྱད་སྤྱུ་མ་རྣམས་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། །ཉམ་ཐག་འགོ་རྣམས་  
སྟོལ་བའི་ཐུགས་རྩེ་ཅན། །བདེ་གཤེགས་བདུན་དང་ཐུབ་དབང་དམ་པའི་  
ཆོས། །འཇམ་དཔལ་སྐྱབས་གོལ་གསང་བདག་ཆོངས་དབང་དང་། །རྒྱལ་  
ཆེན་གཞོད་སྟོན་རྣམས་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། །བདེ་གཤེགས་སྐུ་བཅས་བཞུགས་  
པའི་ཐུགས་དེ་དང་། །ཉན་ཐོས་རང་རྒྱལ་སྟོབ་དང་མི་སྟོབ་སྟེ། །སྐྱབས་ཐུགས་  
སྟེགས་བམ་མཚོན་རྟེན་ལ་སྐུ་གས་པ། །ཕྱག་བྱར་འོས་པ་ཀུན་ལ་ཕྱག་འཚལ་  
ལོ། །མཁའ་ཁྱབ་ཁིང་གི་རྒྱལ་བ་སྐུ་བཅས་ལ། །ཡོན་ཏན་ཁིང་དུ་ལྷག་པར་  
མོས་པའི་སྟོན། །འགོ་ཀུན་ཁིང་རྩལ་གངས་སྟེད་ལུས་སྐྱལ་ནས། །སངས་  
རྒྱས་ཁིང་མཐར་ཏྲག་ཏུ་གྱུས་ཕྱག་འཚལ། །རི་སྟེད་སྐད་གསེགས་ལན་ལག་བདུན་པ་བྱ།  
བཅོམ་ལྷན་གདན་འཛོམ་ཆེན་པོ་དགོངས་སུ་གསོལ། །ལྟ་བརྒྱ་ཐ་མའི་སེམས་

ཅན་སྒྲོབ་པའི་སྒྲིང་། །བདེ་གཤེགས་སྐྱེས་བཅས་འཛིན་ཏེན་སྒྲོང་རྒྱལ་གྱིས། །  
 བདེན་པའི་སྒྲོན་ལམ་ཞལ་བཞེས་དམ་བཅའ་ཡིས། །དུས་མཐར་ཆོས་ལྟར་  
 བཅོས་པ་འབྱུང་བན། །སྒྲུབ་ཀྱིས་ལས་གྱིས་བསྒྲིབས་པའི་སེམས་ཅན་རྒྱལ་། །  
 ལྷ་པོ་སྐྱེས་པ་སྐྱེས་ནད་མང་ཡོངས་གྱུར་ཆོ། །སྒྲོབ་པར་འབྱུང་ཞེས་བདེན་  
 གསུང་ཆོད་མའི་དོན། །མདོ་ལས་ཇི་ལྟར་འབྱུང་བ་དེ་བཞིན་ཏུ། །བདག་ཅག་  
 མདོ་སྤེའི་ཆོག་བཟུང་རྒྱལ་སྤེ། །བདེན་པའི་བྱིན་རྒྱུ་བས་མདོན་སྐྱེས་བསྐྱེད་  
 བས་གྱུར། །བསྐྱེད་འགྲོའི་ཕན་བདེ་འཕེལ་བར་མཛད་དུ་གསོལ། །ཞེས་སྒྲིང་  
 ཅི་བྲག་ཏུ་མངས་རྒྱས་བརྒྱད་ལ་བྲག་མཆོད་འབུལ་བ་སོགས་ནི། བཅོམ་ལྷན་འདས་དེ་བཞིན་  
 གཤེགས་པ་དག་བཅོམ་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་མཆོན་ལེགས་  
 བར་ཡོངས་བསྐྱེད་པ་དཔལ་གྱི་རྒྱལ་པོ་ལ་བྲག་འཆོལ་ལོ། །མཆོད་དོ་སྐྱབས་  
 ལྷ་མཆོའོ། །ཞེས་པ་ལན་བདུན་མ་མཐར་བུས་བཅི་རིགས་པར་དད་པའི་སེམས་གྱིས་ཅི་གཅིག་ཏུ་  
 བཛོད་ནས། གསེར་གྱི་མདོག་ཅན་སྐྱབས་སྒྲིན་བྲག་རྒྱ་ཅན། །སྒྲོན་ལམ་བརྒྱུད་  
 གྲུབ་ཆོགས་གཉིས་དཔལ་གྱིས་བཟིང་། །གཞན་གྱིས་མི་བྱེད་ཞིང་གི་དཔལ་  
 གྱུར་པ། །མཆོན་ལེགས་ཡོངས་བསྐྱེད་པ་དཔལ་ལ་བྲག་འཆོལ་ལོ། །མཆོན་  
 གྱི་མེ་དོག་རྒྱས་གིང་དག་པ་ལ། །དཔེ་བྱད་བཟང་པོའི་འབྲུམ་གསལ་མཛོས་པའི་  
 ལྷ། །གང་གིས་མཐོང་ཐོས་དྲན་པས་དཔལ་གྱུར་པའི། །མཆོན་ལེགས་ཡོངས་  
 བསྐྱེད་པ་དཔལ་ལ་བྲག་འཆོལ་ལོ། །དེང་འདིར་འཕགས་ཆོགས་དེ་དག་ཐམས་  
 ཅད་ལ། །མཆོད་ཡོན་བྲག་པ་མེ་དོག་བདུག་སྒྲོས་དང་། །མར་མེ་ཞལ་བས་

སིལ་སྒྲན་རོལ་མོའི་ཚོགས། །གདུགས་དང་མཛེས་པའི་བ་དན་ལ་སོགས་པ། །  
དངོས་སུ་རི་ལྷོང་འབྱོར་པའི་མཚོན་བ་དང་། །ཁྱོགས་བཅུར་བདག་པོས་ཡོངས་  
སུམ་བཟུང་བའི། །ལྷ་མིའི་ཡོ་བྱད་ལུན་སུམ་ཚོགས་ཀུན་དང་། །གཟུངས་དང་  
རིག་པའི་མཐུ་དང་མོས་སྟོབས་ཀྱིས། །བསྐྱེད་པའི་མཚོན་སྒྲིན་བཟང་པོ་སྦྱོད་  
བཡི། །སྒྲོན་ལམ་ལས་བྱུང་རྒྱ་མཚོ་ཐམས་ཅད་པ། །ཀུན་རྒྱ་བཟང་པོའི་མཚོན་  
པའི་སྒྲིན་ལུང་གིས། །ནམ་མཁའི་མཐའ་གྲས་རྒྱས་པར་བཀང་སྟེ་འབུལ། །  
བདག་གིས་ཐོག་མེད་དུས་ནས་ད་ལྟའི་བར། །ཉོན་མོངས་དབང་གིས་བགྱི་  
འོས་མ་བགྱིས་ཤིང་། །མི་འོས་ལས་བགྱིས་སྟིག་ལྟུང་ཅི་བསགས་པ། །གནོད་  
ཞིང་འགྱོད་པས་ཡང་དག་བཤགས་པར་བགྱི། །འཕགས་དང་སོ་སོའི་སྒྱུ་པོའི་  
དགེ་བའི། །དུས་གསུམ་བསགས་ལ་རྗེས་སུ་ཡི་རང་དོ། །ཁྱོགས་བཅུར་  
བཞུགས་པའི་རྒྱལ་བ་ཐམས་ཅད་ལ། །ཆོས་འཁོར་སྤྱོད་མེད་པར་བསྐྱོར་བར་  
བསྐྱུལ། །འཛིག་རྟེན་སྒྲོན་མེ་བྱ་ངན་འདའ་བཞེད་པ། །དེ་ཀུན་བྱ་ངན་མི་འདའ་  
བཞུགས་གསོལ་འདེབས། །འདིས་མཚོན་དགེ་ཀུན་བདག་གཞན་མ་ལུས་  
པས། །སྤྲམ་མེད་བྱང་ཆུབ་མངོན་བྱེད་རྒྱུར་བསྟོའོ། །རྒྱལ་བ་མཚོག་གི་སྒྲོན་ལམ་  
ཡེ་ཤེས་མཐུ། །བདེན་པའི་གསུང་གིས་བསྐྱགས་པ་རི་བཞིན་དུ། །ལུས་པའི་  
ཡིད་ཀྱིས་རྗེས་སུ་དྲན་བྱས་ཏེ། །མཚན་ནས་བརྗོད་ཅིང་ཐུག་མཚོན་ལུལ་པའི་  
མཐུས། །བཅོམ་ལྷན་མཚན་ལེགས་ཡོངས་བསྐྱགས་རྒྱལ་པོ་ཡིས། །སྒྲོན་ཚེ་  
སྒྲོན་ལམ་རྣམ་བཞུད་བདེ་བའི་འབྲས། །དཔག་མེད་མཁྱེན་བཅུ་རྩ་མཐུའི་

བྱིན་རྒྱལ་གྱིས། །དེད་འདིར་བདག་སོགས་འགོ་བས་ལོངས་སྤྱོད་ཤོག །  
གང་མཚན་ཐོས་པས་བྱང་ཆུབ་སྒྲིབ་པའི་བར། །སྒྲིབ་པ་ནད་དང་རིམས་དང་  
གཤེད་བྱེད་དང་། །བྱད་དང་རོ་ལངས་འཛིགས་པས་གཅོས་པ་དང་། །སྤྱིག་  
པ་ཅན་གྱི་གདོན་རྣམས་ཞི་གྱུར་ཅིག །འོན་ལོང་སྒྱུན་པ་ཤ་བཀྲ་ཅན་དང་ནི། །  
ནད་ཆབ་ཆེན་པོས་བཅུབ་པ་དེ་དག་གྱང་། །བྱང་ཆུབ་བར་དུ་དབང་པོ་གྱུན་  
ཆངས་ཤིང་། །ནད་དང་སྤྱག་བསྐྱེད་ཐམས་ཅད་རྒྱན་ཆད་གྱུར། །དུག་གསུམ་  
གྱིས་བསྐྱེད་ཆོས་སྤངས་མཚམས་མེད་སོགས། །མི་དགའི་ལས་གྱིས་ངན་སོང་  
འགོ་རྣམས་གྱང་། །ལས་གྱི་སྐྱེད་ཟད་ངན་སོང་རྒྱན་ཆད་དེ། །བྱང་ཆུབ་བར་  
དུ་ལྷ་མའི་བདེ་སྤྱོད་ཤོག །གང་དག་ཟས་སྒྲིམ་གོས་ལ་སོགས་པ་ཡིས། །དབུལ་  
བར་གྱུར་པའི་སྤྱག་བསྐྱེད་ལྷན་རྣམས་གྱང་། །བྱང་ཆུབ་བར་དུ་དབྱིག་དང་  
གོས་སོགས་གྱི། །ཡོ་བྱད་འདོད་དགུ་འཕེལ་བས་འཕྱོར་གྱུར་ཅིག །བཅིངས་  
དང་བདེག་དང་གོ་རར་གཞུག་པ་དང་། །མཚོན་ཆའི་ཆོགས་གྱིས་ལུས་ལ་གཟེར་  
རྣམས་གྱང་། །བྱང་ཆུབ་བར་དུ་བདེག་དང་འཛིང་སོགས་གྱི། །ལུས་གྱི་གདུང་  
བ་ཐམས་ཅད་བྲལ་གྱུར་ཅིག །མགོན་མེད་ལུས་ལ་གདུང་བའི་མེ་འབར་བ། །  
སྤྱག་སེང་དོམ་དྲེད་སྤྱལ་གྱིས་འཛིགས་པ་རྣམས། །བྱང་ཆུབ་བར་དུ་སྤྱག་སོགས་  
བུམས་ལྷན་ཞིང་། །འཛིགས་མེད་ཞི་བའི་གནས་ལ་གནས་གྱུར་ཅིག །སེམས་  
ཅན་གང་དག་ཕན་ཚུན་འཐབ་པ་དང་། །ཚུད་དང་འགྲེད་དང་འབྲུགས་པས་  
སྤྱག་པ་རྣམས། །བྱང་ཆུབ་བར་དུ་འཐབ་སོགས་མི་འབྱུང་བར། །ཕན་ཚུན་

བུམས་པའི་སེམས་ལ་གནས་ཐུང་ཅིག །གང་དག་ཅུ་དང་ཅུ་གྲང་རྒྱ་མཚོའི་  
ནང་། །ཁྲིང་དུ་མ་ཕྱིན་འཇིགས་པས་མནར་བ་ནམས། །བྱང་ཆུབ་བར་དུ་ཅུ་  
ཡིས་འཇིགས་པ་ལས། །དབུགས་འཕྱིན་བདེ་བར་བརྒྱལ་བ་ཉིད་ཐུང་ཅིག །  
འདི་ནས་གི་འཕོས་ཐུང་ཆེ་སངས་རྒྱས་ཀྱི། །ཞིང་དེར་བརྟུན་སྒྲེས་གཟུངས་  
སོགས་ཡོན་ཏན་རྫོགས། །མཚན་ལགས་ཡོངས་བསྐྱགས་ལ་སོགས་རྒྱལ་ཀུན་  
ལས། །བཀའ་ལུང་མོད་ཅིང་མཉེས་པར་བྱེད་ཐུང་ཅིག །བཙམ་ལྟན་འདས་  
དེ་བཞིན་གསེགས་པ་དབང་བཙམ་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་  
རིན་པོ་ཆེ་དང་རྩ་བ་དང་བརྒྱས་རབ་དུ་བརྒྱན་བ་མཁས་པ་གཟི་བཞིན་རྒྱ་  
དབྱངས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། །མཚོད་དོ་སྒྲུབས་སུ་མཚོའོ། །ལན་བརྟན་  
སོགས་བརྟོན། །སྒྲུ་མདོག་སེར་པོ་མཚོག་སྒྲིབ་ཕྱག་རྒྱ་ཅན། །སྟོན་ལམ་བརྒྱད་ཀྱུ་  
ཚོགས་གཉིས་དབལ་གྱིས་བཞིན། །རིན་ཆེན་ལྟན་པའི་ཞིང་གི་དབལ་ཐུང་  
བ། །རིན་ཆེན་རྩ་བའི་ཞབས་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། །རིན་ཆེན་རྩ་བ་དང་བརྒྱས་  
རབ་བརྒྱན་ཅིང་། །ཤེས་བྱ་ཀུན་ལ་མཁས་ཤིང་མཁྱེན་པ་རྒྱས། །རྒྱ་མཚོ་ལྟ་  
བུར་ཟབ་པའི་གསུང་མངའ་བ། །རྒྱ་དབྱངས་རྒྱལ་པོའི་ཞབས་ལ་ཕྱག་འཚལ་  
ལོ། །དེང་འདིར་འཕགས་ཚོགས་སོགས་གོང་བཞིན་དང་། །རྒྱལ་བ་མཚོག་གི་སྟོན་  
ལམ་ཡེ་ཤེས་མཐུ། །བདེན་པའི་གསུང་གིས་བསྐྱགས་པ་རི་བཞིན་དུ། །ཁུས་  
པའི་ཡིད་གྱིས་རྗེས་སུ་བྱོན་བྱས་ཏེ། །མཚན་ནས་བརྟོན་ཅིང་ཕྱག་མཚོད་ཕུལ་  
བའི་མཐུས། །བཙམ་ལྟན་གཟི་བཞིན་རྒྱ་དབྱངས་རྒྱལ་པོ་ཡིས། །སྟོན་ཆེ་སྟོན་

ལམ་རྒྱུ་བརྒྱུད་བཏབ་པའི་འབྲས། །དཔག་མེད་མཁའ་བཟུང་བཅེ་རྣམས་མཐུའི་  
 གྱིན་རྒྱུ་ཡིན། །དེད་འདིར་བདག་སོགས་འགོ་བས་ལོངས་སྤྱོད་ཤོག །  
 ཞིང་ལས་ཆོད་སོགས་གཡེང་བ་སྒྲུ་ཆོགས་ཀྱིས། །དག་པའི་སེམས་བྲལ་འཁོར་  
 བར་སྤྱུག་བསྐྱེད་རྣམས། །བྱང་ཆུབ་མཆོག་པར་ལོངས་སྤྱོད་ལུན་ཆོགས་ཤིང་། །  
 བྱང་སེམས་དག་འཕེལ་འཁོར་བའི་གདུང་བྲལ་ཤོག །སྤྱོད་གནས་བཞིས་བསྐྱེད་  
 ཆ་གུང་བཀྱིས་སྒྲོམ་ཀྱིས། །གདུང་རྣམས་སྤྱི་བཟང་སྤྱོད་པའི་ཐ་མར་གྱུར། །བྱང་  
 ཆུབ་བར་དུ་སྤྱོད་པའི་སྤྱུག་བསྐྱེད་ལས། །ཐར་ཞིང་ལྷ་ཡི་བདེ་བ་ཕྱོད་གྱུར་ཅིག །  
 ཉན་མོངས་མང་ལྷན་བཅའ་བའི་གདུང་སོགས་ཀྱིས། །སྤྱོད་པའི་གནས་ཀྱིས་སྤྱོད་  
 པའི་བུད་མེད་རྣམས། །སྤྱུག་བསྐྱེད་རྒྱན་ཆད་སྤྱོད་པའི་ཐ་མར་གྱུར། །བྱང་ཆུབ་  
 བར་དུ་སྤྱོད་པ་ཉིད་ཐོབ་ཤོག །འཆི་དང་དགྲ་དང་དཔོན་པས་གཅོས་པ་  
 རྣམས། །པ་མ་བཤེས་སོགས་ཉེ་དུའི་བྱ་རན་ཀྱིས། །མནར་རྣམས་བྱང་ཆུབ་  
 ཉིད་པའི་བར་དུ་ཡང་། །བྱ་རན་སྤྱུག་བསྐྱེད་ཐམས་ཅད་བྲལ་གྱུར་ཅིག །སྤྱོད་  
 ཆོགས་ལས་མཐར་སྤྱོད་ཅིང་ལུན་པར་རྒྱ། །གདོན་གྱིས་གཅོས་རྣམས་བྱང་  
 ཆུབ་ཉིད་པའི་བར། །ལུན་པ་དང་བྲལ་གདོན་རྣམས་བྱམས་པས་གནས། །  
 སྤྱོད་ཆོགས་མཆོད་དང་རིམ་གྱོར་བཅོན་གྱུར་ཅིག །དམན་པར་མོས་ཤིང་ཤེས་  
 རབ་དཔལ་ཉམས། །དག་པའི་སེམས་བྲལ་མཆོག་གསུམ་བཟུང་རྣམས་ཀྱང་། །  
 བྱང་ཆུབ་བར་དུ་ཉིད་འཛིན་གཟུངས་སོགས་གྱུབ། །ཤེས་རབ་ཆེན་པོས་དག་  
 ཆོས་སྤེལ་གྱུར་ཅིག །ཐེག་པ་དམན་པར་མོས་ཤིང་སྤྱོད་ཀྱི། །ས་ལ་རྒྱུབ་

གྱིས་ཕྱོགས་ནམས་བྱང་ཚུབ་བར། །ཉན་རང་སེམས་བྲལ་བྱང་ཚུབ་སེམས་  
 ལྷན་ཞིང་། །བྱང་ཚུབ་མཆོག་ལས་ཕྱིར་མི་ལྷོག་གྱུར་ཅིག །ཟད་པའི་བསྐྱལ་  
 བར་འཇམ་བུའི་གླིང་ཀུན་དུ། །འབར་བས་འབྱུགས་ཏེ་རྒྱབས་མེད་སྤྲུག་བསྐྱལ་  
 ནམས། །མྱ་ངན་ཀུན་བྲལ་བསྐྱལ་བའི་དངོས་པོ་ཐོབ། །རྒྱལ་བའི་ཞབས་དུང་  
 བརྒྱས་ཏེ་སྤྲུག་ཅིག །འདི་ནས་གི་འཕོས་གྱུར་ཆེ་སངས་རྒྱས་ཀྱི། །ཞིང་དེར་  
 བརྒྱས་སྤྲེས་གཟུངས་སོགས་ཡོན་ཏན་རྫོགས། །སྤྲོད་བྱངས་རྒྱལ་པོ་ལ་སོགས་  
 རྒྱལ་ཀུན་ལས། །བཀའ་ལུང་ནོད་ཅིང་མཉེས་པར་བྱེད་གྱུར་ཅིག །བཙམ་  
 ལྷན་འདས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དག་བཙམ་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་  
 སངས་རྒྱས་གསེར་བཟང་དྲི་མེད་རིན་ཆེན་སྣང་བ་བརྒྱལ་ཞུགས་གྲུབ་པ་ལ་  
 ཕྱག་འཆའ་ལོ། །མཆོད་དོ་རྒྱབས་སུ་མཆོད། །བདུན་སོགས་བརྫོད། །འཇམ་བུའི་  
 གསེར་འདྲ་ཆོས་སྟོན་ཕྱག་རྒྱ་ཅན། །སྟོན་ལམ་བཞི་གྲུབ་ཆོགས་གཉིས་དཔལ་  
 གྱིས་བརྟེན། །སྟོས་ཀྱིས་ཡོངས་གང་ཞིང་གི་དཔལ་གྱུར་བ། །གསེར་བཟང་  
 དྲི་མེད་སྣང་ལ་ཕྱག་འཆའ་ལོ། །འཇམ་བུ་རྒྱ་བོའི་གསེར་ལྷ་རྣམས་ལ་།  
 །ཉེ་མ་སྟོང་བས་ལྷག་པའི་གཟི་བརྟེན་འབར། །དྲི་མེད་གསེར་གྱི་མཆོད་སྟོང་  
 ལྷ་བུའི་སྤྱ། །གསེར་བཟང་དྲི་མེད་སྣང་ལ་ཕྱག་འཆའ་ལོ། །དེང་འདིར་འཕགས་  
 ཆོགས་སོགས་རྒྱལ་བ་མཆོག་གི་སྟོན་ལམ་ཡེ་ཤེས་མཐུ། །བདེན་པའི་གསུང་  
 གིས་བསྐྱུགས་པ་རི་བཞིན་དུ། །ཁུས་པའི་ཡིད་ཀྱིས་རྗེས་སུ་དྲན་བྱས་ཏེ། །  
 མཆོན་ནས་བརྫོད་ཅིང་ཕྱག་མཆོད་སུ་བའི་མཐུས། །བཙམ་ལྷན་གསེར་བཟང་



དྲི་མེད་སྒྲུབ་བ་ཡིས། རྫོན་ཆོ་སྒྲོན་ལམ་རྣམ་བཞི་བྱེད་པའི་འབྲས། །དབག་  
མེད་མཁུན་བཅེ་རྣམ་མཐུའི་བྱིན་རྒྱལས་གྱིས། །དེད་འདིར་བདག་སྐྱེས་  
འགོ་བས་ལོངས་སྤྱོད་ཤོག། གང་དག་སྐྱོག་གཅོད་ལས་མང་བགྱིས་བ་ཡིས། །  
ཆོ་སྤང་ནད་མང་མེ་ཆུ་དྲུག་མཆོན་གྱིས། །འཆི་བ་རྣམས་ཀྱང་ལས་སྒྲིབ་དེ་བྱེད་  
ནས། །དུས་མིན་འཆི་བུ་ཆེ་རིང་ནད་མེད་གྱུར། །སྒྲུ་ཆོག་མ་མི་དགའི་ལས་  
དང་གཞན་གྱི་རྣམས། །སྐྱོག་བས་དབུལ་པོར་སྒྲིམ་ཏེ་སྤྱུག་བསྐྱེད་རྣམས། །  
བྱང་ཆུབ་བར་དུ་སྤྲིག་བ་ཀྱན་བུལ་ཏེ། །དབང་ཕྱུག་སྤྱོད་ཆོག་མ་ཆང་མེད་  
ཐོབ་ཤོག། གཞོད་སེམས་དབང་གིས་ཡན་ཚུན་སྐྱོག་གཅོད་ཅིང་། །འབྲལ་བ་  
རྣམས་ཀྱང་སྤྱོད་བྱང་ཆུབ་བར། །ཡན་ཚུན་པ་མ་ལྟ་སྤྱིའི་འདུ་ཤེས་གྱིས། །  
བྱམས་བ་ཆེན་པོའི་སེམས་ལ་གནས་གྱུར་ཅིག། །དྲུག་གསུམ་དབང་གིས་བྲིམས་  
འཆལ་སྤྲིག་སྤྱོད་བས། །རན་སོང་འགོ་རྣམས་སྤྱོད་བྱང་ཆུབ་བར། །སྒྲིབ་  
བྱང་ཉོན་མོངས་རྣམས་བུལ་ཆུ་བྲིམས་མཆོག། །འཛིན་ཅིང་བྱང་ཆུབ་སེམས་  
དང་ལྡན་གྱུར་ཅིག། །འདི་ནས་ཤི་འཕོས་གྱུར་ཆོས་ངས་རྒྱས་གྱི། །ཞིང་དེར་  
བརྟུན་སྒྲིམ་གཟུངས་སྐྱོག་མེད་ཏུ་རྫོགས། །གསེར་བཟང་དྲི་མེད་ལ་སྐྱོག་ས་  
རྒྱལ་ཀྱན་ལས། །བཀའ་ལུང་མོད་ཅིང་མཉེས་པར་བྱེད་གྱུར་ཅིག། །བཙོམ་  
ལྷན་འདས་དེ་བཞིན་གསེགས་བ་དག་བཙོམ་བ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་  
སངས་རྒྱས་ལྟ་བུ་མེད་མཆོག་དབལ་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ། །མཆོད་དོ་སྐྱབས་  
སུ་མཆིའོ། །འདུན་སྐྱོག་བཟོད། །སྤྱོད་མཛོག་དམར་སྤྱོད་མཉམ་བཞག་ཕྱག་རྒྱ་ཅན། །

སྒྲོན་ལམ་བཞི་སྒྲུབ་ཚོགས་གཉིས་དཔལ་གྱིས་བརྒྱུད། །ཟླ་ཚེ་མེད་པའི་ཞིང་  
གི་དཔལ་སྒྱུར་པ། །ཟླ་ཚེ་མེད་མཚོག་དཔལ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། །ཟླ་ཚེ་  
འདས་ཞི་བདེ་པའི་མཚོག་བརྟེན་པ། །འགྲོ་བའི་སྐྱུག་བསྐྱེད་པ་དུང་བ་ཞི་མཛད་  
ཅིང་། །འགྲོ་དྲུག་མགོན་དང་དཔལ་དུ་སྒྱུར་བ་ཡི། །ཟླ་ཚེ་མེད་མཚོག་དཔལ་  
ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། །དེང་འདིར་འཕགས་ཚོགས་སྐོས་སྐྱུ་བ་མཚོག་གི་སྒྲོན་  
ལམ་ཡེ་ཤེས་མཐུ། །བདེན་པའི་གསུང་གིས་བསྐྱེད་པ་བཞི་བཞིན་ཏུ། །གྲུས་  
པའི་ཡིད་གྱིས་རྗེས་སྒྲུབ་བྱས་ཏེ། །མཚན་ནས་བརྒྱུད་ཅིང་ཕྱག་མཚོད་ལུ་  
བའི་མཐུས། །བཅོམ་ལྷན་ཟླ་ཚེ་མེད་མཚོག་རྒྱལ་པོ་ཡིས། །སྒྲོན་ཆེ་སྒྲོན་ལམ་  
རྣམ་བཞི་བཏབ་པའི་འབྲས། །དཔག་མེད་མཁྱེན་བཅེ་རུས་མཐུའི་བྱིན་རྒྱལ་ས་  
གྱིས། །དེང་འདིར་བདག་སྐོས་སྐྱེད་འགྲོ་བས་ལོངས་སྤྱོད་ཤོག །ཟླ་ཚེ་སྐྱུག་  
བསྐྱེད་ཡིད་མི་བདེ་བདད། །འབྲུག་ས་མང་བས་སྐྱུག་བསྐྱེད་འབྲུང་བརྒྱམས། །  
ཟླ་ཚེ་སྐོས་སྐྱེད་ཞི་སྐྱུག་བ་དང་བྲལ་བའི། །སྐྱུག་བསྐྱེད་རྒྱན་ཆད་ཆེ་འི་ཉིད་  
སྒྱུར་ཅིག །སྐྱེད་ཚོགས་སྐྱེད་བྱས་མནར་མེད་འགྲོ་བརྒྱམས། །རྒྱལ་བའི་འོད་  
གྱིས་རེག་བས་སྐྱེད་བྱང་ནས། །སྐྱུག་བསྐྱེད་དེ་ལས་ཐར་ཏེ་བྱང་རྒྱལ་བར། །  
ལྷ་མའི་བདེ་བ་མཚོག་ཏུ་སྤྱོད་སྒྱུར་ཅིག །གཞན་ལོར་སྐོས་བ་མི་དགའི་ལས་  
དབང་གིས། །དཔལ་ཞིང་བཀྲོས་སྒྲོམ་ཁ་དོག་རང་བརྒྱམས། །བྱང་རྒྱལ་བར་  
དུ་ལོངས་སྤྱོད་སྤྱོད་ཚོགས་གིང་། །ལྷ་ཡི་ལུས་ཀྱི་ཁ་དོག་ལྷན་སྒྱུར་ཅིག །གནོད་  
སྐྱོན་སྐྱོན་པོ་ག་བླ་འབྱུང་པོ་ཡིས། །གཙུག་གིང་མདངས་སྐོས་སྐྱེད་ཚོགས་ནད་

བཅས་ནམས། །བྱང་ཆུབ་བར་དུ་གདོན་ནམས་བུམ་ས་བྱེད་ཅིང་། །སྒྲིལ་སྒྲིལ་  
 བྱེད་ཀྱི་འདམ་ལས་ཐར་གྱུར་ཅིག །འདི་ནས་གི་འཕྲོས་གྱུར་ཆོ་སངས་རྒྱས་  
 ཀྱི། །ཞིང་དེར་བརྟུན་སྒྲིལ་གཟུངས་སོགས་ཡོན་ཏན་རྫོགས། །མྱ་ངན་མེད་  
 མཆོག་ལ་སོགས་རྒྱལ་ཀྱན་ལས། །བཀའ་ལུང་ནོད་ཅིང་མཉེས་པར་བྱེད་གྱུར་  
 ཅིག །བཅོམ་ལྷན་འདས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དག་བཅོམ་པ་ཡང་དག་པར་  
 རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཆོས་བསྐྱེད་སྒྲིལ་རྒྱུ་མཆོའི་དབྱངས་ལ་ཕྱག་འཆམ་ལོ། །  
 མཆོད་དོ་སྐྱབས་སུ་མཆོའི། །བུན་སྐྱེད་བཟོད། །སྒྲིལ་དོག་དཀར་དམར་ཆོས་སྒྲོན་  
 ཕྱག་རྒྱ་ཅན། །སྒྲོན་ལམ་བཞི་གྱུ་བཞུགས་གཉིས་དཔལ་གྱིས་བཟོད། །ཆོས་  
 ཀྱི་རྒྱལ་མཆོན་ཞིང་གི་དཔལ་གྱུར་པ། །ཆོས་བསྐྱེད་སྒྲིལ་རྒྱུ་མཆོའི་དབྱངས་ལ་  
 ཕྱག་འཆམ་ལོ། །ཆོས་སྒྲིལ་ཆེན་པོས་པ་རོལ་རྒྱལ་བ་འཛོམས། །རྒྱུ་མཆོ་ལྷ་ལུང་  
 ཟབ་པའི་ཕྱགས་མངའ་བས། །འགྲོ་བའི་དུག་གསུམ་མ་ལུས་ཞི་མཛད་པ། །  
 ཆོས་བསྐྱེད་སྒྲིལ་རྒྱུ་མཆོའི་དབྱངས་ལ་ཕྱག་འཆམ་ལོ། །དེང་འདིར་འཕགས་  
 ཆོག་སོགས་རྒྱལ་བ་མཆོག་གི་སྒྲོན་ལམ་ཡེ་ཤེས་མཐུ། །བདེན་པའི་གསུང་  
 གིས་བསྐྱེད་སྒྲིལ་བ་ཅི་བཞིན་དུ། །ཁུས་པའི་ཡིད་ཀྱིས་རྫོགས་སུ་བྱན་བུས་ཏེ། །  
 མཆོན་ནས་བཟོད་ཅིང་ཕྱག་མཆོད་ལུང་བའི་མཐུས། །བཅོམ་ལྷན་ཆོས་བསྐྱེད་སྒྲིལ་  
 རྒྱུ་མཆོའི་དབྱངས་མཆོག་གིས། །སྒྲོན་ཆོ་སྒྲོན་ལམ་རྣམ་བཞི་བཏབ་པའི་  
 འབྲས། །དཔག་མེད་མཁྱེན་བཅུ་ལྷན་མཐུའི་བྱིན་རྒྱལ་གྱིས། །དེང་འདིར་  
 བདག་སོགས་འགྲོ་བས་འོངས་སྒྲིལ་དོག །འོག་ལྷའི་གནས་སྒྲིལ་མཆོག་གསུམ་

དད་པ་བྲལ། །བྱང་ཆུབ་སེམས་སྤངས་ནམས་ཀྱང་སྒྲིབ་ཟད་ནས། །བྱང་ཆུབ་  
མཚོག་པར་ཡང་དག་ལྟ་བུ་དང་། །མི་ལྷོག་དད་དང་བྱང་སེམས་ལྡན་གྱུར་ཅིག །  
ཆོས་མེད་མཐའ་ཁོབ་ཡུལ་སྐྱེས་སྤྲིག་གོགས་རྒྱས། །སྤྲིག་བྱེད་དགེ་ཉམས་ངན་  
སོང་གཞིལ་ནམས་ཀྱིས། །སངས་རྒྱས་ཆོས་ཀྱི་སྒྲ་ཐོས་སྒྲིབ་བྱང་ནས། །བྱང་  
ཆུབ་པར་དུ་བྱང་སེམས་ལྡན་གྱུར་ཅིག །གང་དག་གོས་རྒྱན་སྤང་བ་ལ་སོགས་  
དང་། །བྲལ་བའི་དབང་གིས་གདུང་ཁིང་སྤྲིག་བྱེད་ནམས། །བྱང་ཆུབ་པར་དུ་  
བསམ་པ་ཅམ་གྱིས་ཀྱང་། །ལོངས་སྤྱོད་མ་ཆང་མེད་པ་ཐོབ་གྱུར་ཅིག །ལན་  
ཚུན་འཐབ་ཅིང་མཚོན་སོགས་བསྐྱབ་པ་ནམས། །འཚོ་ལས་ཕྱིར་སྤྲོགས་བུམས་  
ལྡན་སྤོག་མི་འགག །བྱང་ཆུབ་པར་དུ་རང་གི་རྩ་ལོངས་སྤྱོད། །དབང་ཕུག་  
དག་གིས་ཆོག་ཤེས་ཉིད་གྱུར་ཅིག །འདི་ནས་གི་འཕྲོས་གྱུར་ཆོ་སངས་རྒྱས་  
ཀྱི། །ཁིང་དེར་བརྟུས་སྐྱེས་གཟུངས་སོགས་ལོན་ཏན་རྫོགས། །ཆོས་བསྐྱུགས་  
རྒྱ་མཚོ་ལ་སོགས་རྒྱལ་ཀུན་ལས། །བཀའ་ལུང་ནོད་ཅིང་མཉེས་པར་བྱེད་གྱུར་  
ཅིག །བཅོམ་ལྡན་འདས་དེ་བཞིན་གསེགས་པ་དག་བཅོམ་པ་ཡང་དག་པར་  
རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཆོས་རྒྱ་མཚོ་མཚོག་གི་སྒྲོས་ནམ་པར་རོལ་པ་མངོན་  
པར་མཁྱེན་པའི་རྒྱལ་པོ་ལ་ཕུག་འཆལ་ལོ། །མཚོན་དོ་སྐབས་སུ་མཚོའོ། །  
བདུན་སོགས་བརྗོད། བྱེ་ཅུའི་མདོག་ཅན་མཚོག་སྐྱེན་ཕུག་རྒྱ་ཅན། །སྐྱོན་ལམ་བཞི་  
གྲུབ་ཆོགས་གཉིས་དབལ་གྱིས་བརྗོད། །རིན་ཆེན་རྒྱ་མཚོའི་ཁིང་གི་དབལ་  
གྱུར་པ། །མངོན་མཁྱེན་རྒྱལ་པོ་དེ་ལ་ཕུག་འཆལ་ལོ། །ཆོས་ཀྱི་སྒྲོ་གོས་གཉིང་

དབག་དགའ་བའི་ཐུགས། རྒྱུ་དག་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་ལ་རོལ་མཛད་ཅིང་། །  
 ཤེས་བྱ་མ་ལུས་མཛོད་སྐུ་མ་གཟིགས་པ་པོ། མཛོད་མཁུན་རྒྱལ་པོ་དེ་ལ་ཐུག་  
 འཆལ་ལོ། རྟེན་འདིར་འཕགས་ཆོག་སྐྱེད་པ་རྒྱལ་བ་མཆོག་གི་སྒྲོན་ལམ་  
 ཡེ་ཤེས་མཐུ། བདེན་པའི་གསུང་གིས་བསྐྱེད་པ་དེ་བཞིན་དུ། བྱུས་པའི་  
 ཡིད་ཀྱིས་རྟེན་སྐྱེད་བྱས་ཏེ། མཆོན་ནས་བརྟེན་ཅིང་ཐུག་མཆོད་ཐུལ་བའི་  
 མཐུས། བཅོམ་ལྷན་ཆོས་ཀྱི་རྒྱ་མཆོད་མཛོད་མཁུན་གྱིས། སྒྲོན་ཆེ་སྒྲོན་ལམ་  
 རྒྱུ་བཞི་བཏབ་པའི་འབྲས། དབག་མེད་མཁུན་བཅེ་རྣམས་མཐུའི་བྱིན་རྒྱལ་ས་  
 ཀྱིས། རྟེན་འདིར་བདག་སོགས་འགྲོ་བས་ལོངས་སྤྱོད་ཤོག ཞིང་ལས་ཆོང་  
 དང་འཐབ་ཅོད་སྤྱི་བྱེད་རྣམས། གང་མཆོན་ཐོས་པས་བསམ་མ་ཐག་ཏུ་  
 ཡང་། འཆོག་སྐུ་ཆོས་ཀྱི་འབྱོར་གཞོན་པའི་སེམས་ཞི་སྟེ། རྟག་ཏུ་དགོ་བའི་  
 ཆོས་ལ་སྤྱོད་གྱུར་ཅིག གང་དག་མི་དགོ་བཅུ་ཡི་ལས་བྱས་ནས། དཔུལ་བར་  
 གཞོལ་བ་རྣམས་ཀྱིས་སངས་རྒྱུས་མཆོན། ཐོས་ནས་དགོ་བཅུའི་ལས་ལམ་  
 དང་ལྷན་ཞིང་། སྐུ་ཡང་དཔུལ་བར་འགྲོ་བར་མ་གྱུར་ཅིག བདེག་སོགས་  
 ཆད་པས་གསད་འོས་གཞན་དབང་ཅན། རྒྱལ་བའི་མཆོན་ཐོས་སངས་རྒྱུས་  
 འོད་ཀྱིས་རེག བྱང་རྒྱལ་བར་དུ་བདེག་སོགས་རྒྱན་ཆད་ནས། སྤྱི་མེད་རང་  
 དབང་ཐུན་ཆོག་སྐྱེད་པ་ལྟར་ཅིག མི་དགོའི་ལས་ཀྱིས་ཆེ་བྱང་འཆི་རྣམས་  
 ཀྱིས། རྒྱལ་བའི་མཆོན་ཐོས་བདེ་འགྲོའི་གནས་སྐྱེས། བྱང་རྒྱལ་བར་དུ་  
 ལྷ་མའི་བདེ་སྤྱོད་ཞིང་། སྤྱི་བྱེད་དུ་སེམས་འཆི་བྱལ་ཆེ་རིང་ཤོག འདི་ནས་

གི་འཕྲིན་གྱི་ཆོས་སྐུ་གི། ཁྱིའི་དེར་བརྟུགས་སྐྱེས་གཟུངས་སོགས་ཡོན་  
 ཏན་རྫོགས། མཛོན་མཁྱེན་རྒྱལ་པོ་ལ་སོགས་རྒྱལ་ཀུན་ལས། བཀའ་ལུང་  
 རོད་ཅིང་མཉེས་པར་བྱེད་གྱུར་ཅིག བཙུག་ལྷན་འདས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་  
 དག་བཙུག་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱུ་སྐྱབ་གྱི་སྤྱི་བུ་རྒྱུ་འོད་  
 གྱི་རྒྱལ་པོ་ལ་ཕྱག་འཆའ་ལོ། མཚོད་དོ་སྐྱབས་སུ་མཆོད། བརྟུག་སོགས་བརྟུག་  
 སྐྱུ་མདོག་སྟོན་པོ་མཆོག་སྐྱབ་ཕྱག་རྒྱུ་ཅན། བརྟུག་ཉིས་སྟོན་གྱུ་བཙོགས་གཉིས་  
 དཔལ་གྱིས་བརྟུག། བུ་རྒྱུ་སྐྱབ་ཁྱིའི་དཔལ་གྱུར་པ། སྐྱབ་པའི་རྒྱལ་པོ་  
 དེ་ལ་ཕྱག་འཆའ་ལོ། ཕྱགས་རྩེས་ཀུན་ལ་སྟོམས་པའི་བཙུག་ལྷན་འདས། །  
 མཚན་ཅམ་ཐོས་པས་ངན་འགྲོའི་སྐྱག་བསྐྱེད་སེལ། དུག་གསུམ་ནད་སེལ་  
 སངས་རྒྱུ་སྐྱབ་གྱི་སྤྱི། བུ་རྒྱུ་ཡི་འོད་ལ་ཕྱག་འཆའ་ལོ། གང་གི་སྐྱེ་  
 ཡིན་ཞེ་ལའི་མདོག མཚན་དཔེ་ཉི་མའི་འོད་སྟོང་འབར་བའི་མཁའ། ཀུན་  
 ལ་ཁྱིའི་ཐོག་སྐྱབས་འབྱེད་པའི་དབྱིངས། བཙུག་ལྷན་སྐྱབ་སྤྱི་སྐྱེ་ལ་ཕྱག་  
 འཆའ་ལོ། གང་གི་གསུང་ནི་དྲི་ཟེའི་རྒྱུ་སྟོང་ལྟར། ཆངས་པའི་དབྱིངས་  
 གྱིས་སྐྱེ་ཆོགས་གདུལ་བྱའི་ཡིད། ཀུན་རྒྱུ་ཆོས་བྱེད་གསུང་རབ་རྒྱ་མཚོའི་  
 གཉེར། བཙུག་ལྷན་སྐྱབ་སྤྱི་གསུང་ལ་ཕྱག་འཆའ་ལོ། གང་གི་ཕྱགས་ནི་  
 ཡེ་ཤེས་རྒྱ་མཚོའི་ངང། དམིགས་མེད་ཕྱགས་རྩེའི་བསྐྱབས་ཆེན་གཤོས་ཤིང་། །  
 སྐྱབ་ལམ་རྒྱ་མཚོ་མཛོད་པ་ལྷན་གྱུ་བའི། བཙུག་ལྷན་སྐྱབ་སྤྱི་ཕྱགས་ལ་  
 ཕྱག་འཆའ་ལོ། དེང་འདིར་འཕགས་ཆོགས་སོགས་རྒྱལ་བ་མཆོག་གི་སྐྱབ་

ལམ་ཡེ་ཤེས་མཐུ། བདེན་པའི་གསུང་གིས་བསྐྱེད་པ་ཇི་བཞིན་དུ། བྱུས་  
 བའི་ཡིད་ཀྱིས་རྗེས་སུ་བྱེད་བྱས་ཏེ། མཚན་ནས་བརྗོད་ཅིང་བྱུག་མཚན་ལྟལ་  
 བའི་མཐུས། བཅོམ་ལྡན་སྒྲུབ་སྒྲ་བའི་རྒྱུ་འོད་ཀྱིས། རྩོན་ཆེ་སྒྲོན་ལམ་བཟུ་  
 གཉིས་བཟབ་པའི་འབྲས། དཔག་མེད་མཁུན་བཅེ་རྩུས་མཐུའི་བྱིན་རྒྱལས་  
 ཀྱིས། དེང་འདིར་བདག་སོགས་འགྲོ་བས་ལོངས་སྤྱོད་ཤོག། སྒྲུབ་པའི་རྒྱལ་  
 བོ་རྒྱལ་བ་མཚོག་གི་སྒྱུའི། འོད་ཀྱིས་དཔག་མེད་འཛིག་རྟེན་སྤང་བྱེད་ཅིང་།  
 མཚན་དཔེས་ལེགས་པར་བརྒྱན་པ་སངས་རྒྱས་སྒྲ། དེ་འབྲར་སེམས་ཅན་  
 ཀྱན་གྱང་འགྱུར་བར་ཤོག། གང་སྒྱུ་དྲི་མེད་བའི་རྒྱུ་ལྟ་བུ། གཟི་བརྗིད་དཔལ་  
 འབར་འོད་ཟེར་དུ་བ་ཡིས། ལྷན་པར་རྒྱ་བའི་འགྲོ་ཀྱན་སྤང་བྱས་ནས། འ  
 དག་འཇགས་འགྲོ་ཞིང་དགོ་ལས་བྱེད་གྱུར་ཅིག། རྒྱལ་བའི་ཐབས་དང་ཤེས་  
 རབ་དཔག་མེད་མཐུས། འཛིག་རྟེན་དཔག་ཏུ་མེད་པའི་སེམས་ཅན་རྣམས། འ  
 ལོངས་སྤྱོད་མི་ཟད་པ་དང་ལྡན་གྱུར་ནས། སྒྱུ་ཡང་ཅིས་གྱང་བྲེལ་བ་མེད་  
 གྱུར་ཅིག། གང་དག་ལམ་ངན་ཞུགས་པའི་འགྲོ་བ་རྣམས། བྱང་རྒྱུ་མཚོག་  
 གི་ལམ་ལ་འགོད་པ་དང་། ཉན་རང་དམན་པའི་ལམ་དུ་ཞུགས་རྣམས་གྱང་། འ  
 ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་ལ་གཟུང་གྱུར་ཅིག། གང་གི་བྱང་ནས་ཆངས་པར་སྤྱོད་  
 པ་དང་། མཚན་ཐོས་རྣམས་གྱང་སྤོམ་པ་གསུམ་དང་ལྡན། རྒྱལ་བེམས་མི་  
 ཉམས་རྒྱལ་བེམས་འཆལ་གྱུར་ན། སྒྱུ་ཡང་ངན་འགྲོར་འགྲོ་བར་མ་གྱུར་ཅིག།  
 ལུས་ངན་དབང་པོ་མི་ཆང་མདོག་མི་སྒྱུག། རྒྱར་པོ་ག་བྱ་ཞར་ལོང་འོན་པ་

སོགས། །ཡན་ལག་སྟོན་ཅན་སྟོན་པ་ནད་ཅན་རྣམས། །སྒྲིབ་བྱང་དབང་པོ་  
ཡན་ལག་རྫོགས་གྱུར་ཅིག །སྣ་ཚོགས་ནད་ཀྱིས་གཟིར་ཁིང་སྒྱབས་མེད་པ། །  
དབུལ་བས་འཚོགས་ཆས་དང་བྲལ་སྟུག་བསྐྱལ་རྣམས། །མཚན་ཐོས་ཙམ་གྱིས་  
བྱང་ཆུབ་སྣིང་པོའི་བར། །ནད་གདོན་ཀུན་བྲལ་སྟུན་ཚོགས་འབྱོར་གྱུར་ཅིག །  
གང་དག་ལུང་མེད་སྟོན་གྱིས་ཡིད་དབྱུང་ནས། །སྒྲིག་ནས་དེ་ལས་ཐར་བར་  
འདོད་པ་རྣམས། །ལུང་མེད་དངོས་པོ་དག་ལས་སྤྲར་ལོག་ནས། །བྱང་ཆུབ་  
བར་དུ་སྒྲིས་པ་ཉིད་ཐོབ་ཤོག །འགོ་ཀུན་བདུད་ཀྱི་ཞགས་པ་ལས་ཐར་ཏེ། །  
སྣ་ཚོགས་ལྟ་བུས་གཟིངས་པར་གྱུར་པ་ཀུན། །ཡང་དག་ལྟ་བུའི་གནས་ལ་  
འགོད་བྱེད་ཅིང་། །བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྟོད་ལ་གཞུག་པར་ཤོག །བཅིངས་  
བརྟེན་གོ་རར་གཞུག་ཅིང་གསད་འོས་པ། །རྒྱལ་པོའི་འཛིགས་པས་གཅོས་  
ཞུས་སྟུག་བསྐྱལ་རྣམས། །སངས་རྒྱས་བསོད་ནམས་བསམ་མི་བྱབ་པའི་  
མཐུས། །གཞོན་པ་ཀུན་ལས་ཡོངས་སུ་ཐར་གྱུར་ཅིག །བཀྱིས་སྒྲོམ་མེ་འབར་  
ཟས་འཚོལ་སྟེག་བྱེད་རྣམས། །འདོག་དྲི་རོར་ལྡན་པའི་ཟས་མཚོག་གིས། །  
ཆོམ་བུས་སྤྲར་ཡང་ཆོས་ཀྱི་བདུད་ཚིའི་རོས། །ཤིན་ཏུ་བདེ་ལ་འགོད་པར་བྱེད་  
གྱུར་ཅིག །དབུལ་ཁིང་སྒྲིབ་མོ་གང་སོགས་གདུང་བ་རྣམས། །གོས་སོགས་  
འདོད་དགུས་འགོ་ཀུན་བསམ་རྫོགས་བྱེད། །འཕགས་པ་དགུས་པའི་ཚུལ་  
ལྡན་ཉོན་མོངས་ཀྱིས། །མི་བཞི་རྣམ་གྲོལ་བདེ་བར་གནས་གྱུར་ཅིག །འདི་  
ནས་ཤི་འཕོས་གྱུར་ཆོས་ངས་རྒྱས་ཀྱི། །ཁིང་དེར་བརྟུས་སྒྲིས་གཟུངས་སོགས་



ཡོན་ཤོགས། སྒྲུབ་པའི་རྒྱལ་པོ་ལ་སོགས་རྒྱལ་ཀུན་ལས། བཀའ་ལུང་ནོད་  
 ཅིང་མཉམ་པར་བྱེད་གྱུར་ཅིག སྒྲོན་པ་བཙུམ་ལྟ་འདས་དེ་བཞིན་གཤེགས་  
 བ་དག་བཙུམ་པ་ཡང་དག་པར་ཤོགས་པའི་སངས་རྒྱས་དཔལ་རྒྱལ་བ་ཤུག་  
 སྤུལ་པ་ལ་ཕྱག་འཆའ་ལོ། མཆོད་དོ་སྒྱུབ་ས་སྒྱུ་མཆོད། ལན་བདུན་སོགས་བཟོད།  
 གསེར་གྱི་མདོག་ཅན་སྐུ་ལོ་ཕྱག་རྒྱ་ཅན། མདོ་བྱུང་ཕྱག་སྤེལ་ཐོན་འགྲུས་  
 ཆེན་པོའི་མཐུས། མི་མཛད་འཛིག་རྟེན་ཁམས་ཀྱི་དཔལ་གྱུར་པ། འདོན་  
 མཆོག་ཤུག་ཏེ་ཏོག་ལ་ཕྱག་འཆའ་ལོ། ཐབས་མཐུས་ཕྱག་སྤེལ་ཤུག་ཏེ་  
 རིགས་འཕུངས་ཤིང་། གཞན་གྱིས་མི་སྤུལ་བདུན་གྱི་དཔལ་འཛོམས་པ། གསེར་  
 གྱི་ལྷན་པོ་ལྷ་བྱུང་བཟོད་པའི་སྒྱ། ཤུག་ཏེ་རྒྱལ་པོ་དེ་ལ་ཕྱག་འཆའ་  
 ལོ། སྒྲིང་ཐོན་པོས་ཅོད་ལྟ་སྒྲིགས་མའི་ཞིང་། བཟུང་ནས་སྒྲོན་ལམ་  
 ཆེན་པོ་ལྷ་བརྒྱུ་བདུན། བད་དཀར་ལྷ་བཟུགས་མཆོན་ཐོས་སྤྱིར་མི་ལྟོག་  
 སྒྲོན་པ་ཕྱག་སྤེལ་ཐོན་ལ་ཕྱག་འཆའ་ལོ། ཉིང་འདིར་འཕགས་ཆོགས་སོགས་  
 རྒྱལ་བ་མཆོག་གི་སྒྲོན་ལམ་ཡེ་ཤེས་མཐུ། བདེན་པའི་གསུང་གིས་བསྟན་པ་  
 བཛི་བཞིན་དུ། བྱུང་པའི་ཡིད་གྱིས་ཐོས་སྤྱིར་བྱས་ཏེ། མཆོན་ནས་བཟོད་  
 ཅིང་ཕྱག་མཆོད་སྤུལ་པའི་མཐུས། སྒྲོན་པ་མཆོག་དེས་ཉམ་ཐག་འགྲོ་བ་དང་།  
 འཛིག་རྟེན་ལྷ་མིར་བཙུམ་ལ་སྒྲོན་སྤྱིར་དུ། བདེ་གཤེགས་བདུན་གྱི་སྒྲོན་ལམ་  
 རྒྱས་པའི་མདོ། བསྟན་ཅིང་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་པར་མཛད་ནས་སྤྱ། དཔལ་  
 གྱིས་མཐུལ་ནས་བདེན་པའི་གསུང་ལྟོང་། བདེ་གཤེགས་བདུན་གྱི་མཆོན་

དང་བེཊུཙྰའི། གཟུངས་མཚོག་པའ་ཡོན་བསྐྱུགས་པ་མཛད་པ་བཞིན། ཉེང་  
འདིར་མངོན་དུ་འགྱུར་བར་བྱིན་གྱིས་སྒྲོབས། བདེ་བར་གཤེགས་པ་བྱེད་སྐྱེ་  
ཅི་འདྲ་དང་། འཁོར་དང་སྐྱེ་ཚེའི་ཚད་དང་ཞིང་ཁམས་དང་། བྱེད་གྱི་མཚན་  
མཚོག་བཟང་པོ་ཅི་འདྲ་བ། ཉེ་འདྲ་ཁོ་ནར་བདག་སོགས་འགྱུར་བར་ཤོག །  
བྱེད་ལ་དད་ཅིང་གསོལ་བ་བཟབ་པའི་མཐུས། བདག་སོགས་གང་དུ་གནས་  
པའི་ས་ཕྱོགས་སྟ། ཉན་གཤོན་དབུལ་ཐོངས་འཐབ་རྩྱུང་ཞི་བ་དང་། ཚོས་  
དང་བཀྲ་ཤིས་འཕེལ་བར་མཛད་དུ་གསོལ། ཉེན་སེམས་དཀོན་མཚོག་ལ། མ་དེག་  
མུན་སེལ་སྒྲོན་མེ་མཚོག་ ལྷག་བསྐལ་ནད་སེལ་སྒྲོན་གྱི་ཕུལ། ། དམ་ཚེས་  
དཀོན་མཚོག་ཐམས་ཅད་ལ། ལྷག་འཚལ་མཚོད་ཅིང་སྐབས་སུ་མཆི། ལམ་  
བདུན་སོགས་བརྗོད། ཀུན་འབྱུང་མུན་པའི་ས་ཐོན་མཐར་མཛད་ཅིང་། ལྷག་བསྐལ་  
ལྷག་རྩེའི་རྩ་བ་བྱུང་ནས་འབྱིན། རྒྱལ་ཡུམ་ཤེས་རབ་པ་ཐོལ་བྱིན་ལ་སོགས། །  
ཐེག་གསུམ་དམ་པའི་ཚེས་ལ་ལྷག་འཚལ་ལོ། ལྷོ་བུར་དྲི་མས་དབེན་པ་ཚོས་  
གྱི་དབྱིངས། ལྷིབ་གཉིས་མུན་པ་སེལ་བ་འཕགས་པའི་ལམ། ཚོས་ཉིད་  
རྟོགས་པའི་རྒྱ་མཐུན་གསུང་རབ་མཚོག་ ལུང་རྟོགས་དམ་པའི་ཚེས་ལ་ལྷག་  
འཚལ་ལོ། ཉེང་འདིར་འཕགས་ཚོགས་སོགས་ ཡང་དག་ཚད་མར་གྱུར་པ་བདེ་  
གཤེགས་བཀའ། འགྱུར་བ་མི་མངའ་བདེན་པའི་མཚོག་ཉིད་དུ། ལྷག་པའི་  
ཡིད་གྱིས་རྗེས་སུ་བྱུང་བྱས་ཏེ། མཚན་ནས་བརྗོད་ཅིང་ལྷག་མཚོད་ཕུལ་པའི་  
མཐུས། མཚན་ཐོས་ཙམ་གྱིས་སྒྲོན་སེལ་ཡོན་ཏན་འཕེལ། ཞེས་སོགས་བདེ་

3 6 7

ཚོགས་སོགས་= བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའི་སྒྲོན་ལམ་ཡེ་ཤེས་མཐུ། །བདེན་པའི་  
 གསུང་གིས་བསྐྱགས་པ་རི་བཞིན་དུ། །ཤུས་པའི་ཡིད་ཀྱིས་རྗེས་སུ་དྲན་བྱས་  
 ཏེ། །མཚན་ནས་བརྗོད་ཅིང་ཕྱག་མཚན་ལུ་བའི་མཐུས། །འཇམ་དཔལ་  
 ལ་སོགས་རྒྱལ་སྐས་མཚོག་རྣམས་ཀྱིས། །རྒྱལ་བའི་ཕྱགས་དམ་བསྐྱལ་ཞིང་  
 གླུང་བསྐྱངས་ནས། །ཕན་ཡོན་བསམ་མི་བྱུང་བའི་མདོ་སྡེ་ཉིད། །སྤེལ་ཞིང་  
 དེ་འཛིན་སྲུང་སྒྲོབས་བྱིན་བརྒྱབ་པར། །བདེན་པའི་ཞལ་བཞེས་བསྐྱུ་བ་མེད་  
 བརྣམས། །དེང་འདིར་མདོ་སྡེའི་ཚོག་བབྱིད་རྣམས་ལ། །བདེན་པ་མཛོན་སྐྱུ་  
 ཉིད་དུ་བསྐྱལ་བ་དང་། །ཡེ་ཤེས་ཕྱགས་རྗེ་བྱིན་རྒྱབས་ཆེན་པོའི་མཐུས། །མདོ་  
 སྡེའི་ཚོག་རྗོགས་པར་བསྐྱངས་ནས་སུ། །མདོ་ལས་གསུངས་པའི་ཕན་ཡོན་  
 མ་ལུས་པ། །འབྲལ་དུ་མཛོན་སྐྱུ་མཐོང་བར་མཛད་པ་ཡིས། །རེ་བ་ཡོངས་  
 སུ་རྗོགས་པར་མཛད་དུ་གསོལ། ། ཆོས་རྒྱུང་བརྣམས་ལ། ཆངས་བ་དང་ལྷའི་དབང་  
 པོ་བརྒྱ་བྱིན་དང་རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོ་བཞི་དང་གོད་སྤྱིན་གྱི་སྡེ་དཔོན་ཆེན་པོ་བཅུ་  
 གཉིས་ལ་སོགས་པ་དམ་པའི་ཆོས་རྒྱུང་བའི་ལྷའི་དགེ་བསྐྱེན་ཐམས་ཅད་ལ་  
 ཕྱག་འཆལ་ལོ། །མཚན་དོ་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ། །ལན་གསུམ་སོགས་བརྗོད། ཆངས་  
 པ་བརྒྱ་བྱིན་ལ་སོགས་སྤྱོད་སྒྲོལ་བཅུ། །རྒྱལ་ཆེན་བཞི་སོགས་གཙང་རིས་  
 མགོན་པོ་སྟེ། །བརྟན་པ་སྲུང་བར་ཞལ་བཞེས་འཕགས་པའི་ཚོགས། །དཀར་  
 སྤྱོད་སྒྲོལ་བརྣམས་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ། །ཡངས་པ་ཅན་དུ་སྤྱན་སྤྲའི་མཚན་  
 ཐོས་པས། །བདེན་མཐོང་མདོ་འདི་སྲུང་བར་དམ་བཅས་པ། །བདུན་འབུམ་

འཁོར་གྱིས་བསྐྱོར་བའི་བཅུ་གཉིས་པོ། གཞོན་སྒྱུན་སྡེ་དཔོན་རྣམས་ལ་ཕྱག་  
 འཆའ་ལོ། རྟེན་འདིར་འཕགས་ཆོག་སྐྱེད་པ་འཛིན་ཏེ་སྒྲིབ་བ་སྡེ་དཔོན་  
 བཅས་པས་ཀྱང་། སྒྲིབ་ཆོས་ཀྱི་ཕྱི་ལ་སྒྲིབ་སྒྲུབ་ཞུ་བ་བཞེས་པ། བྱུང་བའི་ཡིད་  
 གྱིས་རྗེས་སུ་བྱེད་བྱས་ཏེ། མཆོད་ནས་བརྗོད་ཅིང་ཕྱག་མཆོད་ཐུག་བའི་  
 མཐུས། མདོ་སྡེ་འཛིན་ལ་སྐྱེད་ཞིང་སྒྲིབ་པ་དང་། དྲག་དང་གཞོན་པ་ནད་  
 རིམས་འཐབ་ཅོད་ཞི། དུས་མིག་འཆི་བྲལ་ལུས་སེམས་བདེ་བྱེད་ཅིང་། །  
 འོངས་སྒྲིབ་དབང་ཕྱག་ཞོར་དང་འབྲུ་འཕེལ་ལ། རི་ལྟར་བསམ་པ་ཡིད་བཞིན་  
 བསྐྱེད་པོ་བཞེས། བཅོམ་ལྷན་གདན་འཛོམ་ཆེན་པོའི་སྒྲིབ་སྒྲུབ་ལ། ལྟ་ཡི་བདེན་  
 ཆོག་མདོངས་གསོལ་མཛད་པ་བཞིན། རྒྱ་ཆེན་མཆོད་སྒྱུན་གཏོར་མ་འདི་  
 བཞེས་ལ། གཏོར་མ་མི་འབྲལ་བའི་དུས་སྐབས་ཏོར་འབྲལ་གྱི་ཆོག་རྒྱུ་གཅིག་འདི་བཞག་ལ་དེའི་ཆབ་  
 ཏུ། སྒྲིབ་གྱི་དམ་བཅའ་མ་བསྐྱེད་དེང་དགོངས་ནས། ཞེས་སྐྱེད་བར་བྱོལ། བདག་  
 ཅག་མདོ་སྡེའི་ཆོག་བཞིན་རྣམས་ལ། འགལ་སྒྱེད་ཀྱི་སྐྱེད་སྐྱེད་མཐུན་སྒྱེད་ཡིད་  
 བཞིན་སྐྱེད་པས། སངས་རྒྱུས་བསྐྱེད་པ་དང་ཞིང་རྒྱས་པ་དང་། འགྲོ་ཀྱུན་བདེ་  
 སྒྲིབ་འབྲུང་བའི་ཐོན་ལས་མཛོད། གཏོར་མ་ཐུག་ལོ། སྐྱེད་གཞི་བདག་གཏོར་མ་ནི། འདོད་  
 ཡོན་ལྷ་ལྷན་མཆོད་སྒྱུན་གཏོར་མ་འདི། ལྟ་ལོ་བརྟན་མ་བརྟན་མ་བཅུ་གཉིས་  
 སྐྱེད་པས། གངས་ཅན་སྒྱི་དང་ཕྱོགས་འདིའི་གནས་བདག་ལ། འབྲལ་ལོ་  
 གོགས་ཞི་བསམ་དོན་འབྱུང་པར་མཛོད། ཅེས་བསམ་ཐུག་ལོ། རྒྱུན་འདོན་སྐྱེད་གྱི་དུས་  
 གཏོར་མ་གཉིས་པོ་མཐུལ་ཡང་ཆོག་ཅེས་སྒྲིབ་གྱི་སྐྱེད་པ་གསུངས། རྒྱུ་བས་འདིར། སྐྱེད་པས་བསྐྱེད་པས་

[illegible]

རྒྱུ་སེམས་དཔའི་མཛོད་པ་རྣམས། ཡོན་ཏན་ཆེན་པོ་འཛིན་ཏེན་གཙོ་ལ་  
 འབྲུལ། མཛོག་གི་མཛོད་པ་འདི་དག་བཞེས་སུ་གསོལ། མཛོད་གསུངས་ཚད་གཅིག་  
 བསྐྱེད་མཛོན་ལེགས་ཅིན་ཆེན་གསེར་བཟང་ལྷ་ངན་མེད། ཆོས་བསྐྱེད་མཛོན་  
 མཁུན་སྒྲུབ་སྒྲུབ་ལྟ་བུ། རྒྱུ་ཆེན་སྒྲོན་ལམ་ཡོངས་སུ་རྒྱུ་གསེར་པ་ཡིས། བདེ་  
 བར་གསེགས་པ་བརྒྱད་ལ་བྱུག་འཛལ་ལོ། སྒྲོན་པ་སྒྲུབ་མཛོད་སངས་རྒྱུ་ཅིན་  
 པོ་ཆེ། སྒྲོབ་པ་སྒྲུབ་མཛོད་དམ་ཆོས་ཅིན་པོ་ཆེ། འབྲེན་པ་སྒྲུབ་མཛོད་དགོ་འདུན་ཅིན་  
 པོ་ཆེ། རྒྱུ་བས་གནས་དགོན་མཛོག་གསུམ་ལ་བྱུག་འཛལ་བསྟོད། བསྟོད་  
 བར་འོས་པ་ཐམས་ཅད་ལ། ཞིང་རྒྱལ་ཀུན་གྱི་གངས་སྟེང་གིས། ལུས་བཏུང་  
 པ་ཡི་རྣམ་ཀུན་ཏུ། མཛོག་ཏུ་དད་པས་བྱུག་འཛལ་བསྟོད། སྒྲོན་ལམ་ནི། དེང་  
 འདིར་མདོ་རྩེའི་ཆོག་ཅི་བཞེན་ཏུ། རྒྱལ་བ་འཁོར་བཅས་བྱུག་འཛལ་མཛོད་  
 སོགས་མཐུས། བདེ་གསེགས་རྣམས་གིས་སྒྲོན་ལམ་གང་བཏབ་དང་། རྒྱལ་  
 སྐྱེས་ཚད་མ་རྣམས་གི་ཞལ་བཞེས་དང་། ཆོས་སྦྱོང་སྤང་མས་ཐུགས་དམ་གང་  
 བཅས་པ། བདག་ཅག་རྣམས་ལ་འགྲུབ་པར་མཛད་དུ་གསོལ། ཐུབ་བསྟན་  
 དར་ཞིང་བསྟན་འཛིན་ཞབས་པད་བརྟན། མི་བདག་ཆོས་ལུན་འབངས་རྣམས་  
 དགོ་ལ་འཁོལ། འཕྱོ་ཀུན་བདེ་སྦྱིད་འཕེལ་ཞིང་ཆོས་ལ་མོས། ཉན་གཤོན་  
 དབུལ་ཕོངས་འཐབ་ཚུད་རྒྱུ་ཆད་དེ། བྱམས་པའི་སེམས་ལུན་ཆོས་དང་བཀྲ་  
 ཤིས་རྒྱས། སྒྲིབ་བྱང་ཆོགས་རྒྱུ་ཆེན་ལྷུང་ཐོབ་ཤོག བདེ་གསེགས་  
 སྐྱེས་བཅས་ཀུན་གྱི་ཐུགས་བསྟོད་དང་། མཛད་པ་སྒྲོན་ལམ་མཁུན་བཅེ་རུས་

པའི་ཚུལ། །སྒྲ་མེད་ཡེ་ཤེས་སྒྱུ་འབྲུལ་རིམ་བྱུང་། །དེ་འབྲེལ་ཁོར་བ་དག་གྲང་  
 འབྲུང་བར་ཤོག །བཟོད་གསོལ་ནི། མ་འབྱོར་བ་དང་ཉམས་པ་དང་། །གང་ཡང་  
 བདག་མོངས་སྒྲོ་ཡིས་ནི། །བགྱིས་པ་དང་ནི་བགྱིད་བསྐྱུལ་བ། །དེ་ཀུན་བཟོད་  
 པར་མཛད་དུ་གསོལ། །བག་མེད་སྦྱོད་པ་མ་དག་པས། །མདོ་ལས་བྱུང་བའི་  
 ཚོག་བཞིན། །མ་ཕྱོགས་འབྲུལ་པ་ཅི་མཆིས་པ། །དེ་ཡང་བཟོད་པར་མཛད་  
 དུ་གསོལ། །གཤེགས་གསོལ་ནི། །བྱིད་གྱིས་སེམས་ཅན་དོན་ཀུན་མཛད། །རྗེས་  
 སྒྱུ་མཐུན་པའི་དངོས་གྲུབ་སྦྱོལ། །སངས་རྒྱས་ལུལ་དུ་གཤེགས་ནས་གྲང་། །  
 སྒྲུང་ཡང་ཐུགས་རྗེས་འབྱོར་པར་མཛོད། །མཁོན་པོ་ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོ་དང་ལྷན་  
 པར་ཕྱམས་གྱིས་བདག་དང་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་གྱི་དོན་མཛད་པ་ལགས་གྱིས་  
 སོ་སོའི་ཁིང་ཁམས་སྒྱུ་རྒྱུ་འབྲུལ་གྱིས་འཁོར་དང་བཅས་པ་གཤེགས་སྒྱུ་གསོལ་  
 ལོ། །དགོལ་བཟོད་པའི། འཇམ་དཔལ་དཔལ་འབྱོར་རིམ་རྒྱུ་ལྷན་སྐྱེས་སྐྱེས་པ་ཅད་གཉིས་དང་།  
 དགོ་བ་འདི་ཡིས་སྒྱུར་དུ་བདག །སྒྲན་པའི་རྒྱལ་པོ་འབྲུབ་གྱུར་ནས། །འགྲོ་  
 བགཟིག་གྲང་མ་ལུས་པ། །དེ་ཡིས་ལ་འགོད་པར་ཤོག །འགྲོ་བའི་སྐྱུ་བསྐྱུལ་  
 སྒྲན་གཟིག་ལ། །བདེ་བ་ཐམས་ཅད་འབྱུང་བའི་གནས། །བསྐྱེད་པ་རྟེན་དང་  
 བཀྲུར་སྦྱིད་དང་། །བཅས་ཏེ་ཡུན་རིང་གནས་གྱུར་ཅིག །རྒྱ་བྱུང་སྐྱས་བཅས་  
 རྒྱལ་བའི་བྱིན་རྒྱལ་དང་། །རྟེན་འབྲེལ་བསྐྱུ་བ་མེད་པའི་བདེན་པ་དང་། །  
 བདག་གི་ལྷག་བསམ་དག་པའི་མཐུ་སྦྱོབས་གྱིས། །རྒྱུ་དག་སྦྱོན་པའི་གནས་  
 ཀུན་འབྲུབ་པར་ཤོག །ཤིས་བཟོད་པའི། སྐྱེགས་མའི་འགྲོ་ལ་ཐུགས་རྗེ་ཉི་མའི་



འོད། །ཆེས་ཆེར་རབ་འབར་བཙམ་ལྷན་བདེ་གཤེགས་བདུན། །སྒྲོན་ལམ་  
གསུངས་པ་དོན་ཀྱན་གྲུབ་པ་སོགས། །རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱི་བཀྲ་  
ཤིས་ཤོག། །ཐོས་པ་ཙམ་གྱིས་སྤྱིང་ཁིའི་སྤྲུག་བསྐྱེད་ལས། །རྣམ་པར་སྒྲོལ་ལུས་  
ཟབ་དང་རྒྱ་ཆེ་བའི། །སྤྱིང་པོ་སྒྲུབ་གྱི་མདོ་སྤྲེ་བརྒྱད་བརྒྱ་པ། །གསུང་མཆོག་  
དམ་པའི་ཆོས་ཀྱི་བཀྲ་ཤིས་ཤོག། །ཁྱེད་ལོ་སྤྱིང་སྤྱིང་མཛད་པའི་སེམས་དཔའ་  
ཆེ། །ཉན་ཐོས་བྱོལ་སྤྱིང་གཞོན་སྤྱིང་སྤྲེ་དཔོན་སོགས། །ཆོས་འདི་ཡུན་རྒྱ་  
འཕེལ་ཁིང་གནས་བྱེད་པའི། །དགེ་འདུན་འདུས་པའི་ཆོགས་ཀྱི་བཀྲ་ཤིས་  
ཤོག། །གཞན་ཡང་བཀྲ་ཤིས་ཀྱི་ཆོགས་བཅད་ཅི་རིགས་པས་དགེ་ལེགས་སུ་བྱའོ། །དེ་ལྟར་བདེ་གཤེགས་  
གསུང་གིས་ལེགས་བསྐྱེད་པའི། །མདོ་སྤྱིང་རྒྱལ་པོའི་ཆོག་འཛིན་ལྷན་འདི། །བརྩེ་བའི་བསམ་པས་གསལ་  
བར་བྱས་པའི་མཐུས། །འགོ་ཀྱན་སྒྲུབ་པའི་རྒྱལ་པོ་འགྲུབ་ཀྱི་ཕྱི་ཕྱོད་ཅིག། །ཅེས་མདོ་ཆོག་བདུད་ཅིང་བུམ་བཟང་  
ཞེས་བྱ་བ་འདི་ནི་འཇུག་པ་བདེ་ཁིང་དོན་འདུས་ལ་དགོས་པ་ཆེ་བའི་གནད་མཐོང་ནས་རབ་ཆོས་ལྷགས་ལོས་  
ནག་སྒྲུབ་ཆོས་ཉེར་ལྟར་མི་ལམ་པས་སྤྱིང་བའི་དགེ་བས་མཁའ་ཁྱབ་ཀྱི་སེམས་ཅན་ལ་ཕན་བདེ་སྤྱིང་མེད་  
བ་དྲག་ཁྱབ་སྤྱིང་གྲུབ་རྒྱུ་འབྱུང་བར་གྱུར་ཅིག། །འདི་ལས་རྒྱས་པར་འདོད་ན་ལྷ་པ་ཆེན་པོའི་ཆོག་བསྐྱེད་ཀྱིས་  
ཡིད་བཞིན་དཔང་རྒྱལ་དང་། །བསྐྱེད་པ་ལ་མོས་ན་བཀའ་ཆེན་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་མདོ་ཆོག་བདུད་ཅིང་  
ཡང་ཁྱེད་སྤྱིང་པོ་སོགས་དམ་པ་རྣམས་ཀྱིས་མཛད་པའི་གཞུང་ལྟར་ཉམས་སུ་བྱུང་བར་བྱའོ། །

༡ འདིར་འབད་ལེགས་བྱས་དགེ་ཆོག་སྒྲུབ་ཟེར་ལྟར། །རྣམ་པར་དཀར་པའི་བསོད་ནམས་གང་མཆིས་  
པས། །བདེ་གཤེགས་བརྒྱུད་ཀྱི་གསང་གསུམ་དཔལ་ཐོབ་ནས། །མཐའ་དག་འགོ་ལ་དཔྱགས་དབྱུང་སྤྱིང་  
བར་སྒྲོན། །ཅིས་སྒྲོན་ཆོག་བཅས་ལྷུང་བསྤྱན་ནས་སྤྱིང་བསྐྱེད་ཁྱེད་པ་རྩ་ལྟ།

༥ དེང་འདིར་འཕགས་མོགས་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ལ། །མཚོད་ཡོན་བྱགས་  
པ་མེད་ཀྱི་བདུག་སྒྲིམ་དང་། །མར་མེ་ཞལ་ཟས་སིལ་སྒྲན་རོལ་མོའི་ཚོགས། །  
གདུགས་དང་མཛེས་པའི་བ་དན་ལ་སོགས་པ། །དངོས་སུ་རི་ལྟར་འབྱོར་པའི་  
མཚོད་པ་དང་། །སྤྱོད་པ་བཅུར་བདག་པོས་ཡོངས་སུ་མ་བཟུང་བའི། །ལྷ་མིའི་  
ཡོ་བྱད་ཐུན་སུམ་ཚོགས་ཀུན་དང་། །གཟུངས་དང་རིག་པའི་མཐུད་པོས་  
སྒྲིབས་ཀྱིས། །བསྐྱེད་པའི་མཚོད་སྒྲིབ་བཟང་པོ་སྒྲིབ་པ་ཡི། །སྒྲོན་ལམ་ལས་  
བྱུང་རྒྱ་མཚོ་ཐམས་ཅད་པ། །ཀུན་ཏུ་བཟང་པོའི་མཚོད་པའི་སྒྲིབ་ཐུང་གིས། །  
ནམ་མཁའི་མཐའ་གྲས་རྒྱས་པར་བཀའ་སྟེ་འབུལ། །བདག་གིས་ཐོག་མེད་  
དུས་ནས་ད་ལྟའི་བར། །ཉོན་མོངས་དབང་གིས་བགྱི་འོས་མ་བགྱིས་ཤིང་། །  
མི་འོས་ལས་བགྱིས་སྒྲིག་ལྟར་ཅི་བསགས་པ། །གནོད་ཞིང་འགྱུར་པས་ཡང་  
དག་བཤགས་པར་བགྱི། །འཕགས་དང་སོ་སོའི་སྒྱུ་ལོས་དག་བཞི། །དུས་  
གསུམ་བསགས་ལ་རྗེས་སུ་ཡི་རང་དོ། །སྤྱོད་པ་བཅུར་བཞུགས་པའི་རྒྱལ་བ་  
ཐམས་ཅད་ལ། །ཚིས་འཁོར་སྒྲན་མེད་པར་བསྒྲོར་བར་བསྐྱུལ། །འཛིག་རྟེན་  
སྒྲོན་མེ་ཐུང་ན་འདའ་བཞེད་པ། །དེ་ཀུན་ཐུང་ན་མི་འདའ་བཞུགས་གསོལ་  
འདེབས། །འདིས་མཚོན་དག་ཀུན་བདག་གཞན་མ་ལུས་པས། །སྒྲུ་མེད་བྱང་  
ཆུབ་མཛོན་བྱེད་རྒྱར་བསྒྲུའོ། །འགྲེམ་བྱང་དོ།



། བསྟོན་པ་སྐབས་ཞིའི་མཛོེས་རྒྱུན་བཞུགས། སྤྱུ་སའི་སྒྲིང་པོ་འགོ་ཀུན་རྗེས་སུ་འཛིན།  
 ས་གཞི་བཞིན་དུ་རྣམ་མང་ཡོན་ཏན་རྟེན། །ས་གསུམ་རེ་སྒྲིང་ཡིད་བཞིན་ལོར་  
 ལུའི་ཚུལ། །ས་བརྩའི་དབང་ལྷག་ཁྱོད་ལ་ལྷག་འཚལ་བསྟོན། །ས་ནས་སར་  
 འདྲེན་རྒྱལ་བའི་ས་ལ་འགོད། །ས་བརྩད་ཅི་སྒྲུབ་ལོ་རྟོག་རྒྱུན་འཁེལ་ཞིང་།  
 ས་འདི་རྣམ་མང་འབྱོར་བས་ཡོང་བཀའ་བའི། །སའི་ལྷ་མཚོག་ཁྱོད་ལ་ལྷག་  
 འཚལ་བསྟོན། །ལུམ་བཟང་དཔག་བསམ་གྱིང་དང་རྗེས་སུ་སྒྲིན། །བདུད་  
 ཅིའི་རྒྱུ་མཚོ་རི་བཞིན་གང་གིས་ཁྱོད། །དེན་པ་དེ་ལ་དཔལ་དུ་ལེགས་གནས་  
 བ། །ལྷགས་རྗེའི་བདག་ཉིད་ཁྱོད་ལ་ལྷག་འཚལ་བསྟོན། །རབ་འབྱམས་སྒྲས་  
 བཅས་རྒྱལ་བའི་ཡོན་ཏན་མཚོག་ །ནམ་མཁའ་མཛོད་གྱི་མངའ་བདག་ཁྱོད་  
 གཅིག་ལ། །རྒྱལ་སྒྲས་ཚུལ་གྱི་མཐའ་ཡས་ཞིང་རྣམས་སྤྱུ་ །རྒྱལ་བའི་མཛོད་  
 བ་མཐའ་དག་སྒྲིང་ལ་འདུད། །དཔག་མེད་ཡོན་ཏན་ལོར་ལུའི་འོད་ཟེར་གྱིས། །  
 སྒྲིགས་མའི་རྒྱུད་བ་མཐའ་དག་གཏན་དུ་བསྒྲིལ། །ལུན་ཚོགས་སྤེལ་བཞིའི་དཔལ་  
 གྱིས་མཛོད་མཐོ་བའི། །རྒྱབས་ཚེན་ཐོན་ལས་མཛོད་ལ་ལྷག་འཚལ་བསྟོན། །  
 འཇམ་དབྱངས་འཛིན་རྟེན་དབང་ལྷག་ཀུན་རྒྱ་བཟང་། །མི་ལམ་པ་སྐབས་  
 རྒྱལ་སྒྲས་སེམས་དཔའ་མཚོག་ །རྣམ་མང་བསྐྱལ་བར་མཚོད་ཅིང་གསོལ་བཏབ་  
 ལས། །ཁྱོད་གཅིག་ཡུད་ཅམ་དེན་པས་རེ་འདོད་རྣམས། །ཡིད་བཞིན་སྦྱུལ་ལ་  
 ཁྱོད་པར་འཕགས་ཞེས་སྤྱུ་ །རྒྱལ་བས་བསྐྱེད་པ་རྒྱལ་སྒྲས་ལྷོ་མཚོག་ །  
 རྒྱལ་བ་རྣམས་དང་དབྱེར་མེད་ཁྱོད་བསྟོན་བས། །བདག་ལ་རི་འདོད་དཔལ་

ནམས་ལེགས་སྟོལ་མཛད། །སྐུ་མཁའ་འགྲོ་འདིས་དང་པའི་སྟོབས་རྟེན་ཅིང་། །  
ས་ཡི་དབང་ལྷག་བྱེད་ཀྱིས་རྗེས་སུ་འཛིན། །ས་བརྩུད་དཔལ་འཕེལ་ས་སྟེང་  
བདེ་བས་བྱལ། །ས་ནས་སར་བགྱོད་ས་མཆོག་འགྲུབ་པར་ཤོག། ཅེས་ཆོགས་སུ་  
བཅད་པ་བཀའ་ཤིས་རྣམས་བརྒྱུད་ཀྱི་གུངས་སུ་སོན་པ་འདི་ནི་མི་ལམ་འཇམ་དཔལ་དབྱེས་པས་མེད་ཀྱི་ལྷན་སྐྱོམས་སྒྲ་  
འཁོར་ལོའི་ཆོས་ ༥༧ པ་བཀོད་པ་དག་ལེགས་འཕེལ།

༥ བདུ་མཁའ་འགྲོའི་ཆོ་འགྲུགས་བཞུགས། རྩེ་ བདེ་ཆེན་འབར་བ་དབང་གི་ཕོ་བྲང་  
ན། །བདེ་སྟོང་སོ་སོར་རྟོག་པའི་ཡེ་ཤེས་སྒྲ། །དབང་མཛད་བདུ་མཁའ་འགྲོ་  
རིག་བྱེད་ཅུལ། །གཙོ་འཁོར་སྒྲུལ་པར་བཅས་པའི་ཐུགས་དམ་བསྐྱལ། །རྗེས་  
ཆགས་འོད་དམར་ལྷགས་ཀྱུ་རྟོན་པོ་ཡིས། །འཁོར་འདས་བརྟན་གཡོ་བསྒྲུལ་  
ཞིང་བསྟོན་བྱས་ཏེ། །བདག་གི་སྤྱོད་ཆོ་ཉམས་འབྱུང་བརྟུས་པ་དང་། སྤྱིད་དང་  
ཞི་བའི་ཆོ་བརྩུད་མ་ལུས་པ། །ཁབ་ལེན་རྩོམ་ལྷགས་བཞེན་བསྐྱུས་ནས་  
ཀྱང་། །དང་མ་སྟོག་གི་རྟེན་ལ་བསྐྱེད་མཛད་ནས། །མི་ཤིགས་རྩོམ་རྩོམ་ཆོ་ལི་ཀ་  
བ་ཚུགས། །གཞོམ་མེད་མཆོག་གི་ལང་ཆོ་གྲུབ་པར་མཛོད། །རགས་ལུས་མི་  
ཤིགས་དྲངས་མའི་དབྱིད་དུ་སྒྲིམ། །ལས་རྒྱུང་འཕོ་བ་རྒྱ་ཏིའི་དབྱིངས་སུ་ཐིམ། །  
ཀྱུན་རྟོག་ཐུན་པ་འོད་གསལ་དང་དུ་ཡལ། །གཞུག་མ་རྩོམ་རྩོམ་ཆོ་ལི་དབང་  
ཐོབ་མཛོད། །བྱིག་པ་འཕོ་འགྱུར་ཡོང་ཡེ་མི་མངའ་བའི། །བདེ་བ་ཆེན་པོ་རྟོག་  
པ་རྒྱུན་གྱི་ཆོ། །སྟོབས་སུ་གྱུར་བས་འཆི་བདག་དཔུང་བཙུག་ནས། །འཆི་མེད་  
རྩོམ་རྩོམ་ཆོ་དབང་གྲུབ་པར་མཛོད། །འོད་གསལ་མཁའ་ལ་ལྷན་གྱིས་གྲུབ་པའི་

གདངས། །ཡེ་ཤེས་ཉི་མ་མཚན་དཔེ་སྒྲུང་བ་ཅན། །ཏྲག་བརྟན་བསྐྱེས་སྐྱུང་  
བལ་བའི་གཟི་བྱིན་གྱིས། །འགོ་ཁྱུ་ཆེ་མཆོག་འགྲུབ་བའི་ཤིས་པ་སྟོལ། །  
ཨོ་བ་རྒྱ་རྒྱ་ཀི་ཀྱ་རྒྱ་སྟེ་རྩེ་ བརྩ་རྩ་ལྷ་ཡུའི་སྒྲ་རྒྱ། ཞེས་པའང་མེ་མག་ཆ་རྩྱ་  
རྒྱ་བའི་ཆེས་ལོག་ཀྱུ་པ་དང་མུར་མུའི་འགྲུབ་སྟོར་དགོ་བར་མི་ལམ་རྣམ་པར་རྒྱལ་བས་བྱིས་པ་དགོ་ལེགས་  
ཉུ་མུར་ཅིག་མང་ལོ།

༥ འོད་ཟེར་ཅན་མའི་མཁའ་འགྲོ་དམ་ཅན་གྱི་གཏོར་འབྲུལ་ཐིན་ལས་ཀུན་འབྲུབ་བཞུགས། རྒྱུ་  
 རྒྱལ་ཀུན་ཐིན་ལས་ཕོ་ཉ་མོ། ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་ཀུན་བྱབ་བ་ཡི། ཡེ་ཤེས་རྒྱ་  
 མཚོ། འོད་ཟེར་ཅན། མཁའ་འགྲོ་ཡོངས་ཀྱི་འཕོར་ལོས་བསྐྱར། ཡག་གཏོར་  
 ཆེན་མོ་རྒྱལ་བ་དང་། ཡང་རྒྱལ་བ་ཀའ་ཉན་མཁའ་འགྲོ་མ། དཀར་མོའི་  
 ཆོག་སའི་ཐིན་ལྟར་འབྲིགས། ལེར་མོའི་ཆོག་སའི་རྒྱུད་ལྟར་གཏོབས། དམར་  
 མོའི་ཆོག་སའི་གྲོག་ལྟར་འབྲུ། ལྗང་མོའི་ཆོག་སའི་ཆར་ལྟར་འབེབས། རྒྱ་  
 བོ་ཅིར་ཡང་འབྲུར་བའི་གཞུགས། གཞུང་ནི་རིག་ཐུགས་འབྲུག་རྒྱ་རྒྱུག།  
 ཐུགས་ནི་བདེ་སྟོང་རོ་ཡིས་ཐུས། བསྐྱལ་བ་ཅམ་གྱིས་སྟོན་བྱེད་ཅིང་། ལས་  
 བཞིའི་ཐིན་ལས་ཐོགས་བ་མེད། གཞན་ཡང་གནས་ལུལ་ཞིང་སྟོང་བའི།  
 དམ་ཅན་རྒྱ་མཚོའི་ཆོག་ས་དང་བཅས། དཔལ་གྱི་ཕོ་ཉ་མི་ཟད་པ། འབྲུ་  
 ཡག་ཡངས་བ་ཆེན་པོའི་ཆོག་ས། ཐིན་གྱི་ཐུགས་དམ་དམ་ཆོག་བཞིན། རྒྱད་  
 ཅིག་ཅམ་གྱིས་འདིར་བྱོན་ནས། དམ་ཐུག་གཏོར་མའི་མཚོད་བ་བཞིས།  
 ཐུགས་དམ་བསྐྱར་ཞིང་ཉམས་ཆགས་བྱང་། མཚོག་ཐུན་དངོས་བྱུང་ལྟར་དྲ་

སྒྲུབ་པ། །རྩྱུ། དཀར་མོའི་ཚོགས་ཀྱིས་ཞི་བའི་ལས་མཛོད་ཅིག །ཁེར་མོའི་ཚོགས་  
 ཀྱིས་རྒྱས་པའི་ལས་མཛོད་ཅིག །དམར་མོའི་ཚོགས་ཀྱིས་དབང་གི་ལས་མཛོད་  
 ཅིག །ལྗང་མོའི་ཚོགས་ཀྱིས་དྲག་པོའི་ལས་མཛོད་ཅིག །རྒྱལ་འབྱོར་བདག་  
 གི་བརྩམ་པའི་ལས་འདི་ལ། །གྲོགས་ལྷན་ཐོན་ལས་རྒྱ་ཆེར་མཛོད་ནས་སྟ། །  
 ལས་ཀྱི་འབྲས་ལུ་མངོན་དུ་འབྱིན་པ་དང་། །ཏྲགས་དང་མཚན་མ་ལྟར་དུ་བསྟན་  
 བར་མཛོད། །མི་སྣང་བ་དང་བརྩུད་ཀྱིས་ལེན་པ་སོགས། །རབ་འབྲམས་ལས་  
 ཀྱི་དངོས་གྲུབ་ཀྱང་སྒྲུབ་ཞིང་། །བྱད་པར་ཡིད་ལ་བརྟག་པའི་དམིགས་བྱ་འདི། །  
 ལྟར་དུ་དགྲུག་པའི་ཐོན་ལས་མཛོད་དུ་གསོལ། །ཞེས་སམ་ཚིག་རྒྱུ་མཐུ་དབང་དུ་  
 བྱེད་པའི་ཞེས་སམ། །ཡེ་ཤེས་དབང་པའི་ །གསལ་སྟོན་དབང་པའི་ །ལྟར་དུ་བསང་  
 པའི་ །ལྟར་དུ་བསྐྱད་པའི་ །དབྱེ་པའི་ །གཡོ་མེད་བཅིངས་པའི་ །རིམས་ཀྱིས་  
 འཛིན་པའི་ །རྫོངས་པར་བྱེད་པའི་ །རེངས་པར་བྱེད་པའི་ །ཞེས་དང་། །བྱད་པར་  
 མཁའ་ལ་ཆར་གྱི་རྒྱུ་ཆེན་པོ། །ལྟར་དུ་འཕེབ་པའི་ །བྱད་པར་རྒྱལ་མིན་འབྲུབ་  
 པའི་རིལ་བྱ་འདི། །ལྟར་དུ་འབྲུབ་པའི་ །བྱད་པར་བསྐྱུང་བྱ་རྣམས་ལ་ཅེ་སྒྱུར་  
 གིས། །འཆོ་བ་གཏན་ཞི་བའི་སོགས། །བྱད་པར་ཆོ་དང་བསོད་ནམས་རབ་རྒྱས་  
 བ། །ལྟར་དུ་འབྲུབ་པའི་ཐོན་ལས་མཛོད་དུ་གསོལ། །ཞེས་སོགས་བྱུང། །ཨ་མི་ཏྲས་  
 སོ། །མཛྲུལ།

༥ རབ་འབྲམས་ཡི་དམ་ཞི་ཁྱོ་ཡི་ །སྤྱིང་པོ་ཀྱན་འདུས་འབྲུག་སྒྲུབ་ཐབ་  
 དེ་ཡང་སྤྱིང་པོ་རྩྱུ་ལ་བྱེལ་ །དངོས་གྲུབ་ཐོབ་པར་ཐེ་ཆོམ་མེད་ །སྤང་བྱིན་ཐམས་

ཅད་དོ་རྩེ་འཛིན་ཀུན་གྱི་རྩྱུ་དེ་རི་རི་རང་བྱུང་ཡེ་ཤེས་རྩྱུ་གི་སྒྲུ་ཐམས་  
ཅད་མ་ལུས་འདི་ལ་རྩོགས་སྟེང་པོ་རྩྱུ་གཅིག་དུག་ཏུ་བསྟངས་དཀར་ལ་དྲངས་  
བ་སེར་ལ་སྦྱུམ་དམར་ལ་བདེ་བ་མཐིང་ནག་ནོམ་དམིགས་ཁ་བསྐྱར་བས་  
ལས་ཀུན་འབྱུང་ས་མ་ཡེ་རྒྱ་མན་བག་མེསྟེལ་རྒྱ་བདུན་ཆོས་ཉིད་བཞི་ལ་རྟོན་བྱིངས་ལས་  
སོ་མཛུ་ལོ། །

༥ རྒྱུན་རས་གཟིགས་ཡི་གོ་དུག་པའི་བསྐྱོམ་བསྐྱུས་སྒྲོས་མེད་ཀྱི་ཚུལ་ཉམས་སྟབས་བར་འདོད་བས།  
ཐོག་མར་རྒྱུབས་འགྲོ་ཐོམས་བསྐྱེད་ཆད་མེད་བཞི་ནམས་སོང་རྩེས། རྩྱེ་དག་པའི་ཞིང་ཁམས་  
པོ་ཏ་ལ་ཡིད་བུས། །རབ་དཀར་བཏུ་བྱ་བའི་གདན་སྟེང་དུ། །རང་ཉིད་འཕགས་  
བ་སྦྱུན་རས་གཟིགས་ཀྱི་སྒྲུ། །དཀར་གསལ་ཞལ་གཅིག་ཕྱག་བཞི་ཞབས་  
གཉིས་པ། །དང་པོའི་ཕྱག་གཉིས་ཕྱགས་ཀར་ཐལ་མོ་སྦྱར། །འོག་མ་གཉིས་  
ཀྱིས་ཤེལ་ཐེང་པད་དཀར་བསྐྱུམས། །དར་དང་རིན་ཆེན་རྒྱན་ལྡན་སྦྱིལ་གྱིང་  
བཞུགས། །སྦྱི་བོར་བྲམ་མ་འོད་དཔག་མེད་པས་བརྒྱན། །འཕོར་དུ་སངས་རྒྱས་  
བྱང་སེམས་སྦྱོན་ལྟར་གཏིབས། །གནས་གསུམ་ཨོྭ་ཨོྭ་རྩྱུ་གི་འོད་ཟེར་གྱིས། །  
ཡེ་ཤེས་ལྷ་ཆོགས་སྦྱུན་དྲངས་གཉིས་མེད་བསྟེལ། །ཐུགས་དབུས་པད་བླའི་  
གདན་ལ་ཡི་གོ་རྩྱེ་དེ་མཐར་ཐུགས་ཀྱི་ཐེང་བས་བསྐྱོར་བ་ལས། །འོད་འཕྲོས་  
འཕགས་མཚོད་འགྲོ་ཀུན་སྦྱིབ་བ་སྦྱོངས། །ཞིང་ཁམས་ཐམས་ཅད་རི་བོ་ཏ་  
ལའི་ཞིང་། །སྤང་བ་ཐམས་ཅད་ཐུགས་རྩེ་ཆེན་པོའི་སྒྲུ། །སྒྲུ་གསལ་ཐམས་ཅད་  
ཡི་གོ་དུག་པའི་གསུངས། །དན་རྟོགས་ཐམས་ཅད་སྟོང་ཉིད་སྟོང་རྩེའི་ཐུགས། །





༣། །རྩ་འགྲུར་བསྟན་པ་རྒྱས་པའི་སྟོན་ལམ་ཆོས་  
རྒྱལ་དབྱེས་པའི་ཞལ་ལུང་ཞེས་  
བྱ་བ་བཞུགས་སོ།

རྩ་འགྲུར་བསྟན་པ་རྒྱས་པའི་སྟོན་ལམ་ཆོས་རྒྱལ་དབྱེས་པའི་ཞལ་ལུང་ཞེས་བྱ་བ། དེའང་དུས་ཀྱི་ལམ་ལ་  
ཅུག་སྟུམ་ལྟེ་ཐུགས་རྒྱུད་བསྐྱེད་ནས་བསྟན་པའི་སྟོན་པོ་རིན་པོ་ཆེ་རྒྱས་པར་གྱུར་ཅིག་ཙམ་མོས་པའང་བསོད་  
ནམས་ཆད་མེད་པ་དང་ལུན་ཞིང་རྒྱལ་པའི་སྟུང་གི་སྟོན་ལམ་ཡོངས་སུ་རྩོགས་ནས་སྟེ་བ་ཀྱན་ཏུ་རྒྱལ་པའི་  
ཆོས་དང་ཆོས་ཀྱི་སྟོན་པོ་ཐབ་མོའི་ཐེག་པ་དང་འཕྲད་ནས་འཛིན་སྟོང་སྟེལ་བས་སྦྱར་དུ་ནམ་པ་ཐམས་ཅད་  
མཁྱེན་པའི་ཡེ་ཤེས་ལ་རེག་པར་འགྱུར་པའི་དགོས་པ་ཡོད་པས། རྒྱལ་བ་ཐང་རྣམས་ཀྱིས་དུས་དང་ཁྱད་པར་  
ཆོག་མཉམ་གྱི་རྒྱབ་སྐྱོར་འདི་ལྟར་སྟོན་ལམ་གདབ་པར་བྱ་སྟེ། ཅན་མོ། ཐུགས་བརྩའི་བདེ་བར་  
གཤེགས་པ་སྟུང་དང་བཅས། །ཁྱད་པར་མཉམ་མེད་ཤུག་འི་རྒྱལ་པོ་དང་། །  
རྒྱལ་སྟུང་དང་གནས་བསྟན་འཕགས་པའི་ཆོག་ས། །མཁྱེན་བརྩའི་བདག་  
ཉིད་མཆོག་རྣམས་དགོངས་སུ་གསོལ། །ཕན་བདེའི་འབྲུང་གནས་བསྟན་པ་  
རིན་པོ་ཆེ། །སྟོན་དང་སེམས་དཔའ་འཕགས་པའི་མཆོག་རྣམས་ཀྱིས། །ཡང་  
ཡང་དགའ་བས་བཅའ་ཞིང་བརྟག་པའི་དོན། །མཆོ་སྦྱིས་རྒྱལ་པའི་བསྟན་པ་  
རྒྱས་གྱུར་ཅིག །མཁན་སྟོབ་ཆོས་རྒྱལ་སྟུལ་པའི་ལོ་པཎ་དང་། །བཀའ་གཏེར་  
རིག་འཛིན་བརྒྱུད་པའི་ཡི་དམ་ལྟ། །མ་མགོན་གཟའ་རྡོར་བརྒྱུད་གསུམ་དྲེགས་  
པའི་སྟེ། །རྩ་འགྲུར་ཅུག་སྟུམ་ལྟེ་ཆོག་ས་དགོངས་སུ་གསོལ། །ཐུབ་བསྟན་མདོ་  
དང་རྩགས་ཀྱི་ཚུལ་མཐའ་དག།གངས་ཅན་ལྗོངས་སུ་བརྩེ་བས་བྱང་གྱུར་པ། །

ཆེས་ཆེར་སྤེལ་བའི་དོ་རྗེའི་དམ་དགོངས་ནས། །མཚོ་སྤྲིས་རྒྱལ་བའི་བསྟན་  
 པ། སྤྲུགས་དུས་རྒྱལ་བའི་སྤྲུགས་ལྷུང་སྤྲུགས་དོ་རྗེ། །རིགས་གསུམ་སེམས་  
 དཔའ་སྤྲུའ་ལྷུལ་རྩལ་མོ་ཡིས། །གངས་ཅན་ཕན་བདེའི་ཉི་མགས་ལ་བར་མཛད། །  
 མཚོ་སྤྲིས་རྒྱལ་བ། རྒྱལ་དང་རྒྱལ་སྤྲས་འཕགས་པ་ཆེན་པོའི་ཚོགས། །བསམས་  
 བཞིན་སྤེལ་བའི་སྤྲིས་གར་ཉར་བཟུང་ནས། །བྲི་མེད་རྒྱལ་བསྟན་ནོར་བུའི་  
 རྒྱལ་མཚན་བསྐྱེད་སྤྲུལ། །མཚོ་སྤྲིས་རྒྱལ་བ། ཐུན་མོང་ཐུན་མིན་གཞུང་ཀུན་རང་  
 དབང་གིས། །མནོར་བསྐྱུར་ཁྲིམ་གཏན་ལ་ཕབ་པ་ཡིས། །གངས་ལྗོངས་  
 ལྷུང་བའི་སྤྲོ་ཆེན་ཐོག་མར་བྱེས། །མཚོ་སྤྲིས་རྒྱལ་བ། བསྐྱལ་བཟང་གདུལ་བྱས་  
 མདོ་དང་སྤྲུགས་གྱི་ཚུལ། །ཉམས་སུ་ལེན་ལ་གཞན་དྲིང་མི་འཛིག་པར། །  
 བཀའ་དང་དགོངས་པ་འབྲེལ་བའི་གཞུང་ཀུན་རྒྱུ་རྒྱུ་སྤྲུལ། །མཚོ་སྤྲིས་རྒྱལ་བ། བདེན་  
 གསུང་བཀའ་ཡི་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོ་ལས། །ཟབ་མོའི་ཆོས་གཏེར་ནོར་བུའི་མངོན་  
 པར་མཛེས། །མདོ་དང་སྤྲུགས་གྱི་ལམ་བཟང་བུང་དུ་འབྲེལ། །མཚོ་སྤྲིས་རྒྱལ་བ།  
 མདྲ་བུང་ཟུར་མཁན་པོའི་སྤྱོད་པ་དང་། །མཚུངས་མེད་དཔལ་ལྷན་སྤྲུལ་  
 ལྷ་བཀའ་ཉིས། །བུང་འབྲེལ་བརྒྱུད་པའི་བཀའ་སྤྲོལ་ཕྱག་རྒྱས་བཏབ། །མཚོ་  
 སྤྲིས་རྒྱལ་བ། ཟབ་མོན་རྒྱུད་སྤྲུལ་གསུམ་དགོངས་པའི་བཟུང་། །ཐུན་མིན་མན་  
 དག་གསང་བའི་ལམ་མཚོག་ནས། །འཛའ་ལུས་ཚོས་སྤྲུང་གཤེགས་པའི་རོ་  
 མཚར་འབར། །མཚོ་སྤྲིས་རྒྱལ་བ། རབ་འབྱམས་ཞི་ཁྲོའི་བྱེད་བདག་སྤྲུབ་སྤྲུལ་  
 བརྒྱད། །བཀའ་བབས་རིག་འཛིན་སོ་སོའི་དགོངས་བཟུང་དང་། །ཀུན་འདུས་

དཔྱེད་བཀའ་སློལ་གཅིག་ཏུ་འབྱེལ། །མཚོ་སྐྱེས་ཀྱིས་= ཀྱུ་དང་འབྲས་བུ་གསང་  
 རྒྱགས་ཐེག་ཆེན་ཆེ། །ཚང་ལ་མ་ནོར་རིག་འཛིན་བརྒྱད་པའི་ལུང་། །རྒྱ་གཱི་  
 ཞལ་གྱི་དྲོད་རྒྱངས་ཐོ་ལེ་བ། །མཚོ་སྐྱེས་ཀྱིས་= རོ་རྩེ་འཆང་གི་དགོངས་དོན་  
 བདུད་ཅིའི་བརྒྱད། །མཁས་གྲུབ་བྱེ་བས་ཞལ་ནས་སྟན་དུ་བརྒྱད། །རྟོག་གོ་  
 དན་པས་རང་བཟོས་མ་བསྐྱད་པ། །མཚོ་སྐྱེས་ཀྱིས་= གསེར་ཁོང་ནོར་བུས་  
 སྐྱས་པའི་ཡོན་གྱིས་ཀྱང་། །མི་འགྲུགས་དབྱིངས་གྱི་མཁའ་འགྲོའི་ཐུགས་མཛོད་  
 ཆོས། །བཙུ་བས་རྩེས་འཇུག་བསྐྱལ་བ་ཁོ་ནར་བཀྲམ། །མཚོ་སྐྱེས་ཀྱིས་= རོ་  
 བོ་ག་ནས་དག་པའི་ཡེ་ཤེས་ལ། །རང་བཞིན་ལྟན་གྱིས་གྲུབ་པའི་གདངས་  
 ཤར་བས། །བྱུན་བསྐྱོམས་སེམས་ལས་འདས་པའི་རྫོགས་པ་ཆེ། །མཚོ་སྐྱེས་  
 ཀྱིས་= ཡོད་མེད་ཐོགས་རེར་ཞེན་པའི་དམིགས་གཏད་ཞིག །མཐར་འཛིན་  
 ལྷ་བའི་འཛིན་སྟངས་དྲུངས་ནས་ཐུང་། །གཞི་ལམ་འབྲས་བུས་སྒྲིང་སྟོང་བུང་  
 ཏུ་འཇུག །མཚོ་སྐྱེས་ཀྱིས་= ཏུས་གསུམ་ཀྱིས་བའི་དགོངས་པ་མཐར་ཐུག་  
 དོན། །ཟབ་ཞི་སྦྱོས་བྲལ་འོད་གསལ་འདུས་མ་བྲས། །རིག་སྟོང་མི་ཤིགས་  
 རོ་རྩེའི་གྲུབ་པའི་མཐའ། །མཚོ་སྐྱེས་ཀྱིས་= མང་དུ་ཐོས་པ་ལུང་གི་སྒྲིན་འཁྲིགས་  
 ཤིང་། །པ་རོལ་རྒྱོལ་འཛོམས་རིག་པའི་གྲོག་ཐེང་འབར། །མན་ངག་གནད་  
 གྱི་བདུད་ཅི་སྟོང་ལ་སེམ། །མཚོ་སྐྱེས་ཀྱིས་= མད་བྱུང་ཨ་ཏི་ཡོ་གའི་གསང་  
 ལམ་ནས། །མ་ལུས་ཀྱིས་བ་ཀུན་གྱི་ཡེ་ཤེས་སྒྲ། །བྱུང་བདག་འཛམ་དབལ་  
 རོ་རྩེར་རབ་སྒྲུབ་པ། །མཚོ་སྐྱེས་ཀྱིས་= ཡང་དག་ཚད་མ་གསུམ་གྱི་རོ་ཡིས།

ལྟ་དམན་རི་དྲགས་ཆོག་སྐྱམས་སྒྲིག་མཛད་པ། །ཐེག་མཆོག་སེང་གའི་སྒྲི་  
 དབྱངས་སྐྱེས་ལུང་ལྟུང་། །མཆོ་སྒྲིས་རྒྱལ་= རྒྱལ་བ་ལྟན་ཡོངས་སྐྱེས་  
 པའི་གོས་བཟང་ཅེར། །འོད་གསལ་དོ་རྩེ་སྒྲིང་པའི་ཏོག་མཛེས་པ། །ཐུགས་  
 ལས་རྣམ་པར་རྒྱལ་པའི་རྒྱལ་མཆོན་མཐོ། །མཆོ་སྒྲིས་རྒྱལ་= བདག་སྐྱེས་  
 དེང་ནས་འགྲོ་བ་འི་སྒྲིང་དུ། །བསྟན་དང་བསྟན་པའི་སྒྲིང་པོ་ཡོངས་སྐྱེས་  
 པར། །མཁའ་ཁྱབ་ཁོང་དུ་འཛིན་སྒྲིང་སྒྲིལ་བ་ཡིས། །མཆོ་སྒྲིས་རྒྱལ་= མདོར་  
 བ་མཁའ་བཅུན་གྲུབ་པའི་རྣམ་ཐར་གྱིས། །རྒྱལ་བ་ལྟན་སྒྲིལ་པའི་ཕྱིན་ལས་  
 མཁའ་ཁྱབ་པ། །བསྟན་འཛིན་དམ་པས་སྒྲིང་ཡོངས་གང་ནས། །མཆོ་སྒྲིས་  
 རྒྱལ་= དཔལ་ལྷན་སྒྲིལ་པའི་སྒྲིལ་ཆོར་བ་བཅུན་ཅིང་། །བསྟན་པའི་སྒྲིབ་བདག་  
 མཛའ་ཐང་དར་བ་ཡི། །ཆོས་སྒྲིང་མི་རུབ་ཅོར་པའི་རྒྱལ་མཆོན་བསྒྲེངས། །  
 མཆོ་སྒྲིས་རྒྱལ་པའི་བསྟན་པ་རྒྱལ་གྱུར་ཅིག །ཅེས་རྒྱལ་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོ་བོད་པལ་  
 ལྟན་སངས་རྒྱལ་བ་དེ་སྒྲིས་འཛིན་མཆོ་ལྟུངས་རྒྱལ་པའི་བསྟན་པ་ཐུ་འབྱུང་རྒྱུ་མ་ཞེས་གྲགས་པ་འདི་  
 བྱི་རྒྱལ་བ་ལྟན་ཡོངས་སྐྱེས་ཀྱི་ཕྱི་མ་ཡིན་ཁོང་ཟབ་གནད་ཆེ་བ་དུ་མའི་ཁྱད་ཆོས་དང་། ལྟ་སྒྲིལ་རྣམ་པར་  
 དག་པ་རྒྱལ་བ་དབྱེས་པའི་ལམ་བཟང་མཆོག་ཡིན་པ་འདི་དོ་ཤེས་ནས། ཅོར་པུ་རིན་པོ་ཆེ་ཕྱི་དོར་བྱས་ཏེ་  
 རྒྱལ་མཆོན་གྱི་ཕྱི་མ་མཆོང་བ་བཞིན་དུ་གང་ཟག་སྒྲིལ་བ་དང་ལྟན་པ་རྣམས་ཀྱིས་འཆད་ཆོད་ཆོས་གསུམ་  
 ཀྱི་ཕྱིན་ལས་རྒྱབ་སྐྱོར་པོ་ཆེ་ཐུགས་ཐམས་ཅད་དུ་དང་ཁོང་རྒྱལ་བར་མཛད་པའི་ཐུགས་ཁུར་བཞེས་པ་དང་།  
 དེ་ལྟ་པའི་བཞེད་པ་འི་བཞིན་དུ་འབྱུང་བའི་རྟེན་འབྲེལ་སྒྲིབ་ཆོག་ཏུ་སྒྲིང་ཐག་པ་ནས་ལྟན་པ་སམས་རྣམ་པར་  
 དག་པས་མི་ལམ་འཇམ་དབྱངས་རྣམ་རྒྱལ་རྒྱལ་ཆོས་གནས་དུས་རྟེན་འབྲེལ་བཟང་པོའི་ཁྱད་ཐུན་ལ་གང་  
 བར་གྱིས་བདག་ལོགས་འཁོལ། །སངས་སྐྱེས་ལྟོ། །

༥ སློན་ལམ་དོ་རྗེའི་ཚིག་གི་རྒྱ་མདུད་གྱི་  
འབྲེལ་བ་བཞུགས་སོ། །

དངོས་པོའི་སློན་མཚན་ཀུན་ལས་རབ་ཞི་ཡང་། །འགག་མེད་ཡེ་ཤེས་སྒྲུ་མའི་  
རོལ་གར་གྱིས། །མཐའ་ཡས་འགོ་ལ་ཕན་བདེའི་མཚོག་སྒྲུལ་བ། །བྱབ་བདག་  
འཇམ་དཔལ་དཔའ་བོས་འགོ་འདི་སྒྲུངས། །རྣམ་དགར་དགེ་བའི་དངོས་པོ་  
ལྷགས་གྱི་ཁམས། །ཐབས་མཁས་གྲུབ་པའི་བརྩུད་གྱིས་ཟིན་བ་ན། །རྣམ་  
གོལ་སྒྲུབ་ཞིའི་དབྱིག་ཏུ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། །སློན་པའི་མཚོག་འདིར་བརྩོན་བ་  
དོན་རབ་ལྷན། །དེ་ལ་འདིར་དགེ་བའི་རྩ་བ་གར་ཞིག་སྒྲུབ་མེད་པའི་བྱང་  
རྩུབ་ཏུ་སློན་ཅིང་། །མི་མཐུན་པའི་ཕྱོགས་གྱིས་མི་ཟད་ཅིང་གོང་ནས་གོང་དུ་  
སྒྲེལ་བའི་ཐབས་ཁྱད་པར་ཅན་ནི་ཡོངས་སུ་བསྟོར་ཞིང་སློན་ལམ་གྱིས་རྒྱས་འདེབས་  
བ་ཡིན་ཞིང་། སློན་ལམ་དེ་ལ་རྣམ་གངས་བསམ་གྱིས་མི་བྱབ་པ་ཡོད་ན་ཡང་  
སྐབས་འདིར་ནང་རྒྱུད་ལྷེ་གསུམ་གྱི་བརྗོད་བྱ་ཟབ་ཅིང་རྒྱ་ཆེ་བ་དང་རྗེས་སུ་  
འབྲེལ་བའི་སློན་ལམ་གྱི་རྒྱལ་པོའི་རྣམ་གཞག་ཅུང་ཟད་ཅིག་འཆད་པ་ལ། བསྟོར་  
བའི་དཔང་བོར་གསོལ་བ། བསྟོར་རྒྱའི་དགེ་རྩ་བ་ལྷན་བ། བསྟོར་བ་དངོས་དང་  
གསུམ་ལས། དང་བོ་ནི། སྒྲུ་མ་ཡི་དམ་ལྷ་ཚོགས་དགོངས་སུ་གསོལ། །ཞེས་  
བ་སྟེ། བརྒྱད་གསུམ་གྱི་སྒྲུ་མ་ཡི་དམ་ཞི་ཁྱོ་རབ་འབྱམས་དང་། གཞན་ཡང་

དབའ་བོ་མཁའ་འགོ་དོ་རྩེ་ཚོགས་སྐྱོད་པའི་སྤྱང་མར་བཅས་པའི་ཅུ་གསུམ་ལྟ་ག་  
པའི་ལྟ་ཚོགས་ཏིལ་གྱི་གོང་བྲུ་ཁ་བྱེས་པ་ལྟར་མངོན་སུམ་བཞིན་དུ་བཞུགས་  
པ་ཐམས་ཅད་ཡེ་ཤེས་སྒྲིབ་པ་མེད་པའི་གཟིགས་པས་བདག་ལ་དགོངས་སུ་  
གསོལ་ཞེས་པའོ། །

གཉིས་པ་ནི། དེང་འདྲིར་བརྩོན་པས་བསྐྱབས་པའི་དགོ་བ་དང་། དུས་གསུམ་  
བསགས་དང་ཡོད་པའི་དགོ་བ་རྣམས། བསྐྱེད་ཀྱི་ཞེས་དེང་འདྲིར་གྲུས་རྟག་  
གི་བརྩོན་པས་ལམ་མིམ་པ་གཉིས་རྣལ་འབྱོར་རྩལ་བཞིན་དུ་བསྐྱབས་པའི་དགོ་  
བ་འདི་དང་། དེས་མཚོན་པའི་རང་གིས་དུས་གསུམ་དུ་བསགས་པའི་དགོ་བ་  
ཐམས་ཅད་དང་། རང་གིས་བསགས་པ་མིན་ཡང་སེམས་ཅན་གཞན་རྒྱུད་དུ་  
གྲུབ་པའམ་ཡོད་པའི་དགོ་བ་རྣམས་ཀྱང་སྒྲོས་ཕྱོགས་གཅིག་དུ་བསྐྱེད་ཀྱི་  
གནས་པ་ནི་གང་བསྟོར་རྒྱུའི་དགོ་བའོ། །དེ་ལ་ཁ་ཅིག་འདི་སྟུང་དུ། རང་གིས་  
ད་ལྟའི་དགོ་བ་ད་ལྟ་བ་ཡིན་ལ། དེའི་རྩེ་སུ་དུས་གསུམ་སྟོན་པས་ད་ལྟ་བ་  
གང་ལ་ངོས་འཛིན་སྟུང་ན། དང་པོ་ད་ལྟ་སྐྱབ་བཞིན་པའི་དགོ་བ་དེ་གཙོ་བོར་  
སྒྲོས་ལ། དེ་དག་དུ་མ་འདུས་པ་གཞན་དུས་གསུམ་ཅི་མཁས་ཀྱི་ཁྱད་སྤངས་སུ་  
འདུ་བས། སྐྱེར་རྒྱུ་ཆེ་བ་ནས་སྒྲོས་པའི་སྐྱིད་དང་བྱེ་བྲག་གི་ཁྱད་པར་ཡོད་པས་  
སྒྲོས་པར་མི་འགྱུར་རོ། །ཡང་ཁ་ཅིག་འདི་སྟུང་དུ་འདས་ད་ལྟར་གྱི་དགོ་བ་  
མི་མཐུན་ཕྱོགས་ཀྱིས་མ་བཅོས་པ་བསྟོར་དུ་བཏུབ་ན་ཡང་། མ་འོངས་པའི་དགོ་  
བ་ལ་སོགས་པ་མི་འཐད་དེ། དེ་དག་ད་ལྟ་མེད་པའི་ཕྱིར། རི་བོང་གི་རྩ་བཞིན་

སྒྲུལ་ན། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ཐབས་ལ་མཁས་པའི་འདུན་པས་དམིགས་  
པ་ཐམས་ཅད་བྱང་ཆུབ་ཆེན་པོའི་ལམ་དུ་གཏོང་བ་ལ་འགལ་བ་མེད་དེ། བདག་  
གི་མ་འོངས་པའི་སྒྲོ་གསུམ་གྱི་འདུག་པ་ཐམས་ཅད་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་  
རྣམ་པར་གྲོལ་བའི་དོན་དུ་ཤོག་ཅིག་སྒྲུལ་ན། མ་འོངས་པའི་རང་གི་སྒྲོ་གསུམ་  
གྱི་ལས་དང་། དེས་ཕན་འདོགས་པའི་ཡུལ་སེམས་ཅན་ད་ལྟ་ན་ཡོད་པ་མིན་  
ཡང་། སྤོའི་སྒྲོ་བས་ཀྱིས་དེ་ལྟར་བསམ་པས་མ་འོངས་པའི་སེམས་ཅན་ལ་ཕན་  
འདོགས་པར་རྒྱས་པ་བཞིན་ཏེ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྒྲོ་གསུམ་གྱི་ཁྱད་ཆོས་  
སོ། །

གསུམ་པ་ལ་མཐར་ཐུག་གི་འབྲས་བུའི་ཆེད་དུ་བསྔོ་བ། གནས་སྐབས་ཀྱི་ལམ་  
གྱི་ཆེད་དུ་བསྔོ་བ། །བརྟན་པ་དང་འགོ་བའི་དོན་དུ་བསྔོ་བ་དང་གསུམ་ལས།  
དང་པོ་ནི། སྤྱོད་བྱང་ཆུབ་ཆེན་པོར་བསྔོ། །ཞིས་དེ་ལྟ་བུའི་དགོ་ཅད་དག་  
གི་ཕྱིར་བསྔོས་ན་གནས་སྐབས་ལྟ་མིའི་གོ་འཕང་ཙམ་དོན་དུ་གཉེར་ཏེ་མངོན་  
མཐོའི་ཕྱིར་བསྔོ་བ་མིན་ཅིང་། རང་དོན་ཞི་བ་སྟོགས་གཅིག་པའི་ཆེད་དུ་འང་  
མ་ཡིན་ལ། ཐོབ་བྱ་མཐར་ཐུག་གི་འབྲས་བུ་སྤྱོད་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་  
པའི་བྱང་ཆུབ་ཆེན་པོར་བསྔོ་བ་སྟེ། རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་ཡེ་ཤེས་  
ཐོབ་པ་ཁོ་ནའི་ཕྱིར་བསྔོ་བའོ། །

གཉིས་པ་ལ་བཞི། ལམ་གྱི་རྟེན་དུ་བསྔོ་བ། ལམ་དངོས་ལ་བསྔོ་བ། ལམ་གྱི་  
བྱེད་ལས། འགྲུབ་པའི་རྒྱུར་བསྔོ་བ། ལམ་གྱི་མཐུན་སྦྱོར་ཆོད་བར་བསྔོ་བའོ། །



དང་པོ་ནི། དེང་ནས་བྱང་ཆུབ་སྒྲིང་པོར་མཆིས་ཀྱི་བར། རིགས་བཟང་སློ་  
གསལ་ར་རྒྱལ་མེད་པ་དང་། སྒྲིང་རྩེ་ཆེ་ཞིང་སྤྲ་མ་ལ་གྲུས་ལྡན། འདལ་ལ་  
ལྡན་དོན་རྩེ་ལོ་ཐེག་ལ་ངེས་གནས་ཤོག། དེང་གི་དུས་འདི་ནས་བཟུང་སྟེ་རི་སྒྲིང་  
བྱང་ཆུབ་སྒྲིང་པོར་མཆིས་ཏེ་མདོན་པར་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བར་དུ་ཐེག་པ་མཆོག་  
གི་རིགས་ཡོངས་སུ་སང་པས་ན་རིགས་བཟང་པོ་གསེར་ལྟ་བུ་ཉིད་དུ་འགྱུར་  
བ་དང་། ཐེག་པ་མཆོག་གི་ལམ་གསལ་དོན་གསུམ་པའི་སློ་གྲོས་ཤིན་ཏུ་གསལ་  
བ་དང་། རང་རྒྱུད་ལ་ཡོན་ཏན་སྟེ་བའི་ཐོགས་སུ་གྱུར་པའི་ར་རྒྱལ་མེད་པ་དང་།  
སེམས་ཅན་ཡོངས་སུ་མི་འདོར་བའི་སྒྲིང་རྩེ་ཆེན་པོའི་རྒྱུད་ཡོངས་སུ་གང་ཞིང་།  
ལམ་གྱི་རྩ་བ་མཆོན་ཉིད་དང་ལྡན་པའི་སྤྲ་མ་མཆོག་ལ་མི་འགྱུར་བའི་གྲུས་པ་  
དང་ལྡན་པའི་སྒྲོ་ནས་དོན་གཉིས་སམ་དངོས་གྲུབ་རྣམ་པ་གཉིས་བདེ་སྤྱད་ཏུ་  
འགྱུབ་པའི་དཔལ་དང་ལྡན་པར་གཉིས་མེད་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་དོན་རྩེ་ལྟ་བུ་གཞིག་ཅིང་  
གཞོམ་དུ་མེད་པ་ལ་འདེགས་ཤིང་སྦྱོར་བའི་ལམ་ནི་ཐེག་པ་སྟེ། དེས་དོན་རྩེ་  
ཐེག་པ་ཞེས་ཡོངས་སུ་གྲགས་པ་ལ། དབང་གིས་སྒྲིན་པ་སོགས་འོག་ནས་  
འཆད་འགྱུར་ལྟར་གྱི་ཡོན་ཏན་དང་ལྡན་པས་རྣམས་ལ་ཞུགས་ཅོམ་གྱི་གཟུགས་  
བརྒྱན་ལྟ་བུ་མ་ཡིན་པར་མཆོན་ཉིད་དང་ལྡན་པའི་རྩུལ་བཞིན་དུ་གནས་པ་ལ་  
ངེས་པར་གནས་པར་ཤོག་ཅིག་ཅེས་གསུངས་ཏེ། མདོར་ན་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་  
སྤྱར་གཏུལ་བུ་བྱུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་རིགས་སུ་ངེས་པ་གཞིར་བཞག་ནས་ལམ་  
གྱི་དངོས་གཞི་ཆོས་ཐམས་ཅད་ལྟག་པའི་བདེན་པ་དབྱེར་མེད་དུ་གཏན་ལ་

འབེབས་ཀྱིས་པའི་ཤེས་པ་བ་དང་། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་དུ་སྦྱར་བ་  
སྦྱར་བར་སངས་རྒྱས་ཐོབ་འདོད་ཀྱི་སྒྲིང་རྗེ་གཉིས་དང་ལྷན་ཁིང་ལམ་རྒྱད་ལ་  
སྒྲེ་བའི་གོགས་ད་རྒྱལ་སྤངས་ཤིང་མཐུན་ཀྱེན་མོས་པ་ལུན་སུམ་ཚོགས་པ་སྟེ་  
མེད་དུ་མི་རུང་བའི་ཡོན་ཏན་གྱི་བྱད་པར་དེ་དག་དང་ལྷན་པའི་སྒྲོན་སྒྲུབ་དཔལ་  
ལྷན་དོ་རྗེའི་ཐེག་པ་ལ་ངེས་པར་གནས་པ་ཉིད་དུ་ཤོག་ཅིག་ཅེས་སོ། །  
གཉིས་པ་ལ་གཉིས། ལམ་སྒྲིའི་ཆེད་དུ་བསྟོར་བ་དང་། རྩེ་བྲག་སོ་སོའི་ཆེད་དུ་  
བསྟོར་བའོ། །དང་པོ་ནི། དབང་གིས་སྒྲིན་ཅིང་དམ་ཚིག་སྒྲོམ་པར་ལྷན། །འིམ་  
གཉིས་ལམ་ལ་བསྟེན་སྒྲུབ་མཐར་ཕྱིན་ནས། །དཀའ་བ་མེད་པར་རིག་འཛིན་  
གོ་འཕང་བགོད། །དངོས་གྲུབ་རྣམ་གཉིས་བདེ་བླག་འགྲུབ་གྱུར་ཅིག་ ཅེས་  
པ་སྟེ། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྒྱད་ལ་གཞུག་མའི་རྩ་རྒྱུད་ཐེག་ལེ་སེམས་  
དང་བཅས་པ་སྒྲུག་སྤང་བྱགས་ཡེ་ཤེས་དོ་རྗེའི་བསྒྲུབ་གཞིར་གནས་པ་ཉིད་དབང་  
བཞིའི་སྒྲོན་སྒྲུབ་སྤང་བར་བྱས་ཤིང་སྒྲུབ་ཁིར་སྒྲིན་རུང་གི་རྣམས་པ་བྱུང་བར་ཅན་  
རྒྱད་ལ་འཛིག་པ་སྟེ། དེ་ཡང་གང་ཟག་གི་དབང་པོའི་རྩེ་བྲག་ལ་ལྷོས་པའི་གོ་  
མུང་རྟོགས་པ་གསུམ་གྱི་རྩལ་དུ་དབང་དོན་གྱི་ཡེ་ཤེས་ལ་ངེས་པ་ཅི་རིགས་  
འདྲངས་པ་ནི་ལམ་བསྒྲོམ་རུང་དང་འབྲས་བུ་ཐོབ་རུང་གི་རྒྱར་འགྱུར་བས་ན་  
དབང་གིས་སྒྲིན་པ་ཞེས་གསུངས་པ་ཡིན་ལ། དེ་ནི་གསང་སྤྲུགས་ཀྱི་ལམ་  
ཐམས་ཅད་ཀྱི་འཇུག་སྒྲོ་ཡིན་ཁིང་། དེ་ལྟར་དབང་ཐོབ་པ་ཅམ་གྱིས་མི་ཚོག་  
སྟེ། དབང་གི་སྒྲོག་དམ་ཚིག་དང་སྒྲོམ་པས་རྩལ་བཞིན་དུ་མ་བརྒྱུད་ན་དངོས་

གྲུབ་ཅུམ་པ་གཉིས་མི་ཐོབ་པས་སྒྲིབ་སྒྲུབ་པའི་ཆ་ནས་སྒྲིབ་པ་དང་། ཡོན་ཏན་  
 བསྐྱབ་པའི་ཆ་ནས་དམ་ཆོག་སྟེ། ཅུ་བ་དང་ཡན་ལག་གི་དམ་ཆོག་འདུལ་བར་  
 བྱ་བ་མ་ཡིན་པའི་གནས་ཅུམས་ཀྱིས་ཉེས་སྟོང་གི་དྲི་མ་མཐའ་དག་སྒྲིབ་པར་  
 བྱེད་པ་དང་ལྡན་པ། དེ་ལྟར་དབང་གིས་སྒྲིབ་ཅིང་དམ་ཆོག་དང་སྒྲིབ་པར་ལྡན་  
 པའི་གང་ཟག་དེས་བསྐྱེད་ཆོག་ས་ཤིང་པ་གཉིས་ཀྱི་ལམ་ལ་བསྟེན་པ་དང་སྐྱབ་  
 པ་མཐར་ཕྱིན་ནས་དཀའ་བ་མེད་པར་རིག་འཛིན་ཅུམ་པ་བཞིའི་གོ་འཕང་ལྟར་  
 ཏུ་བཤོད་དེ། བསྐྱེད་ཡན་ལག་བདུན་དང་ལྡན་པ་མཆོག་གི་དངོས་གྲུབ་དང་།  
 གྲུབ་པ་དང་དབང་ལྷན་བརྒྱུད་ལ་སོགས་པ་ཐུན་མོང་གི་དངོས་གྲུབ་སྟེ། དངོས་  
 གྲུབ་ཅུམ་པ་གཉིས་པོ་དཀའ་ཆོག་ས་དང་ཡུན་རིང་ཏུ་འབད་མི་དགོས་པར་བདེ་  
 བླག་ཏུ་འགྲུབ་པར་གྱུར་ཅིག་ཅེས་སོ། །དེ་ལ་བསྟེན་སྐྱབ་བཞི་དང་སྐྱར་ཚུལ་  
 ཏུ་མ་ཡོད་ཀྱང་། བསྐྱེད་ཤིང་དང་སྐྱར་ན་སྟོང་ཆེན་དང་སྟོང་རྩེ་སྐྱུ་མ་བསྟེན་པ།  
 ལུག་ཀྱང་ལྷ་རྒྱ་རྒྱ་ལ་ཉེ་བསྟེན། སྒྲིས་བཅས་ནས་བསམ་ཡས་ལྟན་གྲུབ་ཀྱི་དཀྱིལ་  
 འཁོར་བསྒྲོམ་པའི་བར་སྐྱབ་པ། ཆོས་ལུ་ཆོག་ས་སྐྱབ་ཀྱི་དངོས་གྲུབ་སྒྲུབ་ས་  
 པ་བསྐྱབ་པ་ཆེན་པོའོ། །ཆོག་ས་ཤིང་དང་སྐྱར་ན། ཀྱན་རྫོབ་བྱང་ཚུབ་ཀྱི་  
 སེམས་རྟེན་དང་བརྟེན་པར་བཅས་པའི་གནད་ཤེས་པ་བསྟེན་པ། རང་བྱུང་  
 ལུས་གནས་ཀྱི་དཀྱིལ་འཁོར་གསལ་ཞིང་དེ་ལ་གནད་ཏུ་བསྐྱབ་པ་ཉེ་བསྟེན།  
 ལུག་ཀྱང་མོ་བྱིན་གྱིས་བསྐྱབ་པ་སྐྱབ་པ། ཡབ་ཡུམ་སྟོམས་པར་ལྷག་ས་པའི་བདེ་  
 ཆེན་དཔེ་དོན་གྱི་ཡེ་ཤེས་ནི་སྐྱབ་པ་ཆེན་པོའོ། །གཉིས་ཀ་དང་སྐྱར་ན་དབང་

བཞིའི་ལམ་བསྐྱེད་རྫོགས་སོགས་དང་བསྐྱེད་སྒྲུབ་བཞི་པོ་རིམ་པར་སྦྱར་རོ། །  
གཉིས་པ་ལ་གསུམ། རྒྱུད་སྒྲུབ་འབྲུལ་བྱ་བའི་ཉམས་ལེན་ལ་སྒྲོན་པ། ལུང་ན་  
རག་དོང་སྒྲགས་ཀྱི་ཉམས་ལེན་ལ་སྒྲོན་པ། མན་ངག་རྫོགས་པ་ཆེན་པོའི་ཉམས་  
ལེན་ལ་སྒྲོན་པ་དང་གསུམ་ལས། དང་པོ་ལ་བཞི། སྤང་བ་སྒྲུལ་ཡི་དགྱིལ་ལའོར་  
ལ་སྒྲོན་པ། སྒྲ་གསལ་གསུང་གི་དགྱིལ་ལའོར་ལ་སྒྲོན་པ། དན་རྟོག་གྲགས་  
ཀྱི་དགྱིལ་ལའོར་ལ་སྒྲོན་པ། ཐམས་ཅད་བདེ་ཆེན་གྱི་རོལ་པ་ལ་སྒྲོན་པའོ། །  
དང་པོ། ཅིར་སྤང་བ་སྒྲུབ་འབྲུལ་བྱ་བའི་ལའོར་ལོ་རྫོགས། ཞེས་པ་སྟེ། བྱིན་ང་  
སྟོད་བཅུད་ཀྱི་དངོས་པོ་ཅིར་སྤང་བ་ཐམས་ཅད་ཐ་མལ་རང་མཆོན་གྱི་ཞེན་པ་  
ལོག་སྟེ། སྤང་སྟོར་སྒྲུངོ་རྫོང་རྫོང་འབྲུལ་བྱ་བ་ཞེས་སྒྲུལ་ལྟར་འབྲུལ་ཞིང་མང་  
ལ་འབྲེལ་བའི་བྱ་བའམ། ཡང་ན་ཅིར་སྤང་གི་དངོས་པོ་སྒྲུལ་ལྟ་བུ་ནུམས་རང་  
བཞིན་ནམ་པར་དག་པའི་ལྟའི་ངོ་བོར་འབྲུལ་བའམ་ཤར་ཞིང་། དེ་ལྟར་སྤང་  
དང་རྟོག་ཆོགས་དབྱེར་མེད་དུ་འབྲེལ་བའམ་མཉམ་པའི་དོན་དུ་ཞེས་བཤད་  
དེ། གང་ལྟར་ཡང་མདོར་ན་ཅིར་སྤང་གི་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་སྒྲུབ་འབྲུལ་བྱ་བ་  
ལྟ་ཡི་ལའོར་ལོའམ་ཆོགས་སམ་རང་བཞིན་དུ་འབྲུམས་གྲས་པ་སྟེ་སྤང་བ་ཐམས་  
ཅད་སྒྲུངོ་རྫོང་ངོ་བོར་རྫོགས་པའོ། །

གཉིས་པ་ནི། གྲགས་པ་ཐམས་ཅད་བརྗོད་བྲལ་གྲགས་ཀྱི་སྒྲ། ཞེས་སྒྲ་གྲགས་  
པ་ཐམས་ཅད་གྲགས་ཙམ་ཉིད་ནས་རང་གི་ངོ་བོས་སྟོང་པའི་གྲགས་སྟོང་བྱུང་  
འབྱུག་བརྗོད་དུ་མེད་པའམ། བརྗོད་པ་དང་བྲལ་བའི་གསང་གྲགས་ཀྱི་སྒྲ་

གདངས་ཤར་བའོ། །

གསུམ་པ་ནི། སེམས་ཀྱི་འགྲུ་བ་རང་རིག་འདུས་མ་བྱས། །ཞེས་སེམས་ཀྱི་  
རྣམ་པར་རྟོག་པའི་འགྲུ་བ་སྣ་ཚོགས་པ་གསལ་བ་སྟོང་བ་ཟུང་དུ་འཇུག་པའི་  
རང་རིག་འདུས་མ་བྱས་པའི་དབྱིངས་འོད་གསལ་ཐུགས་ཀྱི་དོན་ཉིད་ཤར་  
བའོ། །

བཞི་པ་ནི། བདེ་ཆེན་འདུ་འབྲལ་མེད་པ་མངོན་གྱུར་ཤོག །ཅིས་དེ་ལྟར་སྤང་  
གྲགས་རྟོག་པའི་ཚེས་ཐམས་ཅད་བདེ་བ་ཆེན་པོ་རིག་སྟོང་ཟུང་འཇུག་ཡེ་ཤེས་  
དོན་རྒྱུ་ཉག་གཅིག་གི་རོལ་པར་ཤར་བ་སྟེ། དེ་ཡང་ཐ་མལ་གྱི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་  
ཐམས་ཅད་སྒྲུག་བསྐལ་ཡིན་ལ། དེ་དང་བྲལ་བ་གང་ཡིན་པ་བདེ་བ་སྟེ། དེ་  
ཡང་གཞོམ་གཞིག་དང་བྲལ་ཞིང་སྒྲ་ན་མེད་པས་ན་ཆེན་པོའོ། །དེ་ལྟ་བུའི་བདེ་  
བ་ཆེན་པོའི་ཡེ་ཤེས་དེ་ལོར་འདས་བརྟན་གཡོ་ཐམས་ཅད་ལ་བྱུང་བས་སྤིང་  
ཞི་ཀླན་བྱུང་གྱི་ཡེ་ཤེས་ཞེས་བྱ་སྟེ། དངོས་པོའི་ཚེས་གང་ཡང་མ་སྤངས་དངོས་  
པོའི་ཚེས་གང་ལ་འང་མི་གནས་པའི་རང་བཞིན་རང་བྱུང་ཡེ་ཤེས་ཉག་གཅིག་  
གི་སྒྲིང་དུ་ལོར་འདས་ཐམས་ཅད་རྫོགས་པ་སྟེ། དེ་ཡང་ཚེས་རྣམས་དང་གསལ་  
དུ་འདུ་བ་དང་། སྒྲར་ཡང་འབྲལ་བ་ལྟ་བུ་མ་ཡིན་པར་གདོད་ནས་འདུ་འབྲལ་  
མེད་པའི་དེ་ཁོན་ཉིད་ཡེ་ཤེས་དོན་རྒྱུ་མཐུད་ཀྱི་ཤར་བར་ཤོག་ཅིག་ཅེས་བའོ། །  
དེ་ལྟ་བུའི་སྒྲུ་གསུང་ཐུགས་ཡེ་ཤེས་དོན་རྒྱུ་མཐུད་ཀྱི་ཤར་བའི་གནད་འདི་  
ལ་ཡང་བསྐྱེད་རྫོགས་སོ་སོ་དང་སྒྲུར་ན་སྒྲུ་གསུང་ཐུགས་དེ་ཁོན་ཉིད་ཀྱི་རྣལ་

འབྱོར་ལ་བཅོན་པ་དང་། རྒྱ་ལུས་དང་། རྒྱུ་སྒྲགས་མི་ཤིགས་པའི་བཟླས་  
པ་དང་། འོད་གསལ་དང་། ཟུང་འཇུག་གི་རྣལ་འབྱོར་བསྐྱོམས་པའི་སྟོབས་  
ཀྱིས་གོམས་པ་སྒོའ་དུ་གྱུར་པའི་འབྲས་བུ་ཡིན་པ་རིག་པར་བྱའོ། །ཡང་ན་དབང་  
བཞི་དང་འབྲེལ་བའི་ལམ་བཞི་བསྐྱོམ་པ་ལས་སུ་རུང་བའི་འབྲས་བུ་སྣང་གི་ད་  
དག་པ་རབ་འབྱམས་སུ་ཤར་བའི་གནད་ཡིན་པར་བལྟའོ། །

གཉིས་པ་ལའང་། སྒྲིབ་པ་ཡེ་དག་གི་བཤག་པ། ཡོན་ཏན་ཡེ་ལྷན་གྱི་སྒྲོང་བ།  
རྒྱུད་ཉོན་མོངས་རང་གོལ། འབྲས་བུ་རན་སོང་དོང་སྒྲགས་སོ། །དང་པོ་ནི།  
ཉམས་ཆགས་རྟོག་སྒྲིབ་མ་སྤངས་གནས་སུ་དག །ཅིས་ཉོན་མོངས་པའི་དབང་  
གིས་རང་རྒྱུད་ཀྱི་དམ་ཚིག་ཉམས་ཤིང་ཉམས་པའི་སྒྲོན་དེ་དག་གཉིན་པོས་མ་  
བཅོམ་པར་ལྷགས་ལ་བཅའ་ལྟར་ཆགས་ཤིང་ཞེན་པར་གྱུར་པ་དང་། སྒྲོད་  
བཅུད་རྒྱུད་རྣམས་རོ་བོའི་གནས་ཚུལ་དག་པ་ལྟའི་རང་བཞིན་ཡིན་ཡང་རུང་  
སོགས་ཐ་མལ་དུ་འཛིན་པ་ནི་རྟོག་སྒྲིབ་པོ། །དེ་ལྟ་བུའི་བཤག་བྱ་ཉམས་ཆགས་  
དང་རྟོག་སྒྲིབ་དེ་དག་བཤགས་ཚུལ་ཅི་ལྟ་བུས་བཤགས་ན་བཅོས་ཤིང་བསྒྱུར་  
བ། སྤངས་ཤིང་ཟད་པ་ལྟ་བུམ་ཡིན་པར་རང་རང་གི་རོ་བོ་ལ་གདོད་ནས་བདེན་  
པར་གྱུབ་པ་མེད་པས་གཉིན་པོ་གཞན་གྱིས་བཅོམ་ཞིང་མ་སྤངས་པར་རང་  
བབས་སུ་བཞག་པས་རང་རང་གི་གནས་ཡེ་ཤེས་སུ་དག་པ་སྟེ། ཐག་པ་ལ་  
སྒྱལ་འཛིན་གྱི་སྒྲོ་ཞིག་པ་ལྟ་བུའོ། །

གཉིས་པ་ནི། བྱི་ནང་གསང་བ་དབྱེར་མེད་རྟོགས་པས་བསྐྱང་། ཞེས་བྱི་ཡོ་

བྱད་རྩལ་གྱིས་བསྐྱར་བ་སྒྲིབ་གཏོར་རྟུ་མར་མེ་དངོས་སུ་བཤམས་པ་དང་།  
 བར་མུང་པོ་རྟེན་གྱིས་བསྐྱར་བ་ནི་ཕྱི་འོ་ཡོ་བྱད་རྩལ་སེམས་བྱེད་དུ་བྱས་ཏེ་བར་  
 གི་ཁུ་རུ་ལ་རྒྱུད་གསུམ་འོད་གསལ་བའི་སེམས་དང་བཅས་པ་སྒྲིབ་སོགས་སུ་  
 ཤེས་པ་དང་། གསང་བ་བྱད་ཚུབ་གྱི་སེམས་གསལ་བ་སྟོང་བ་ཟུང་དུ་འཇུག་  
 བ་རིག་པའི་ཡེ་ཤེས་མཐའ་དང་བུལ་བ། སྒྲིབ་ཀྱི་དག་ཡོན་ཏན་ཡེ་ལྷན་ཆོས་  
 གྱི་དབྱིངས་ལ་མཉམ་པར་བཞག་པ་གསུམ་གྱི་སྒྲོན་ས་བསྐྱར་བའོ། །དེ་ལ་  
 སྟོང་བ་ཞེས་བྱ་བ་ཡོན་ཏན་གྱི་རྩམ་པ་ཉམས་ཤིང་ཁ་འཕྲི་བ་དེ་རང་སྤྱོད་  
 བར་བྱ་བ་ཡོན་ཏོ། །དེ་ལ་ཚུལ་རི་ལྟ་བུས་བསྐྱར་ན། ལྷ་ར་མེད་གསར་བཞག་  
 ལྟ་བུ་མ་ཡོན་པར་ཡོན་ཏན་ཡེ་ལྷན་དབྱེར་མེད་གྱི་དོན་རྟོགས་པས་བསྐྱར་བ་  
 རྟེ། ཕྱི་སྟོན་དང་བར་ལུས་གྱི་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་གསང་བ་བྱད་ཚུབ་གྱི་སེམས་  
 སུ་རོ་གཅིག་པས་ན། ལྷ་ར་མེད་གྱི་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་དག་པ་ཡེ་ཤེས་གྱི་རོ་  
 བོར་དབྱེར་མེད་དུ་རྟོགས་པས་བསྐྱར་བ་རྟེ། ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་འབད་མེད་  
 ཡེ་ལྷན་དུ་བསྐྱར་བའོ། །ཡང་ན་སྤྱི་འབྱུང་བ་ལ། བར་མུང་པོ་ལྟ་གསང་བ་རྩམ་  
 ཤེས་ཆོགས་བརྒྱད་རྩམས་ཡུམ་ལྟ་རིགས་ལྟ་ཡེ་ཤེས་ལྟ་ཡི་རོ་བོར་དག་པ་འཕམ་  
 གཏོད་ནས་དབྱེར་མེད་པའི་དོན་རྟོགས་པས་རྟོག་ཆོགས་ལྟ་འི་རང་བཞིན་དུ་  
 བསྐྱར་བའོ། །དེ་ལྟར་བཤགས་སྟོང་གཉིས་པོ་འདི་བྱད་ཚུབ་གྱི་སེམས་ལྟ་ག་  
 པའི་བདེན་པ་དབྱེར་མེད་དུ་རྟོགས་པའི་གཤིས་ལ་སྤང་བྱའི་བྱི་མམ་སྤངས་པར་  
 དག་པ་དང་། ཆོས་གྱི་དབྱིངས་སུ་ཟག་པ་མེད་པའི་ཡོན་ཏན་རྩམས་འབྲལ་

མེད་དུ་གནས་པས་ཡོན་ཏན་ཡེ་ལྡན་གྱི་ཚུལ་དུ་བསྐྱང་བ་སྟེ་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་  
ཁྱད་ཆོས་བསལ་བཞག་མེད་པའི་གནད་དེ། འདི་ལ་བསལ་བྱ་ཅི་ཡང་མེད།།  
བཞག་པར་བྱ་བ་གང་ཡང་མེད། ཅིས་གསུངས་པ་ལྟ་བུའོ། །

གསུམ་པ་ནི། གང་ཤར་རང་གྲོལ་ཀུན་བཟང་གྲོང་ཡངས་སུ། ཞེས་པ་སྟེ།  
མཚོན་བྱེད་རྟགས་ཀྱི་ཀུན་ཏུ་བཟང་པོ་ལ་བརྟེན་ནས་མཚོན་བྱ་དོན་གྱི་ཀུན་ཏུ་  
བཟང་པོ་དོ་འཕྲོད་པ་ན་རྣམ་རྟོག་གང་ཤར་བ་ཐམས་ཅད་རྒྱུད་རྒྱབས་བཞིན་  
རང་སར་རང་གྲོལ་བས་ཀུན་ནས་དོར་བྱ་མ་དག་རང་མཚན་པའི་ཆོས་མི་རྟོན་  
པར་ཀུན་ཏུ་བཟང་པོའི་དགོངས་པའི་གྲོང་ཡངས་སུ་སྤང་སྤྱོད་ལའོར་འདས་ཀྱི་  
ཆོས་ཐམས་ཅད་མཉམ་པར་བདལ་བ་ནི་ཉམས་ཀུན་ཏུ་བཟང་པོའོ། །

བཞི་པ་ནི། དན་སོང་དོང་སྐྱགས་སྤྱི་ཞི་མཉམ་གྱུར་ཅིག ཅིས་དེ་ལྟར་རྒྱ་  
ཉན་མོངས་ཀྱི་རྟོག་ཆོག་ས་མ་སྤངས་རང་སར་གྲོལ་བས་འབྲས་བུ་དན་སོང་དུ་  
འགོ་བའི་ས་པོན་དུངས་ནས་སྤངས་ཏེ། འཁོར་འདས་སྤང་བྱང་གི་མཚན་རྟོག་  
ཡོངས་སུ་ཟད་པས་དན་སོང་དོང་ནས་སྐྱགས་པ་ཡིན་ལ། སྤྱི་པ་དང་ཞི་བའམ་  
འཁོར་འདས་ཀྱི་ཆོས་ཐམས་ཅད་རང་བྱུང་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་སུ་རོམ་ཉམ་པར་  
བདལ་ཏེ་མཐར་ཐུག་གི་འབྲས་བུ་མངོན་དུ་བྱེད་པར་གྱུར་ཅིག་ཅེས་པའོ། །

གསུམ་པ་མན་ངག་རྫོགས་ཆེན་ལའང་། ཐེག་ལེ་རང་གནས་གྱི་ལྟ་བུ། བསྐྱང་  
དུ་མེད་པའི་དམ་ཚིག་ འདུ་འབྲལ་མེད་པའི་བསྐྱོམ་པ། སྤང་ཐོབ་བྲལ་པའི་  
འབྲས་བུ་དང་བཞི་ལས། དང་པོ་ནི། ཐེག་ལེ་ཆེན་པོ་སྐྱུ་དང་ཞིང་ཁམས་རྫོགས།།



ཞེས་པ་སྟེ། ཐིག་ལེ་ཞེས་པ་གྲུ་ཟུར་མེད་པར་ཀྱལ་ནས་ལྷུ་མ་པའི་དོན་ཏེ་ཡེ་  
སྟོང་ཆེན་པོར་གདངས་ཅུལ་ལྟུན་གྱིས་གྲུབ་པའི་ཡེ་ཤེས་རྒྱ་དང་ཞིང་པམས་རྒྱ་  
མཚོ་མ་ལུས་པར་རྫོགས་པའི་གནས་ལུགས་ཀྱི་དོན་མཐོང་བའོ། །

གཉིས་པ་ནི། དམ་ཚིག་ཆེན་པོར་སྤང་བྲུང་མཚོན་མ་དག་ཅིས་སྤང་སྤྱིང་འཁོར་  
འདས་ཀྱི་ཆོས་ཐམས་ཅད་རང་བྱུང་ཡེ་ཤེས་ཐིག་ལེ་ཉག་གཅིག་གི་རང་དུ་ལ་  
བསྐྱས་པས་མེད་པ་བྱུལ་པ་ལྟུན་གྲུབ་གཅིག་པུའི་དམ་ཚིག་སྟེ། ཐམས་ཅད་  
ཆོས་ཉིད་ཀྱི་རྩལ་པར་ཤེས་པས་དེ་ལས་གཞན་པའི་དམ་ཚིག་བསྐྱུང་རྒྱ་མེད་  
པ་ཡེ་བསྐྱུང་གི་དམ་ཚིག་ཆེན་པོར་སྤང་བྲུང་གི་མཚོན་མ་ཐམས་ཅད་རང་བབས་  
སྤྲུང་གསྟེ། བསྐྱུང་མེད་བསྐྱུང་བ་ཀྱལ་གྱི་རྒྱལ་པོ་སྟོང་བཅུད་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་འཁོར་  
ལོར་རྫོགས་པའི་གནད་ལ་མི་འདའ་བ་སྟེ། འདི་ནི་དམ་ཚིག་ཀྱང་ཡིན་ལ་སྟོང་  
བའང་དོན་གྱིས་འདིར་འདུའོ། །

གསུམ་པ་ནི། རྩབ་བཤལ་ཆེན་པོ་རེ་དོགས་མདུད་པ་གྲོལ། ཞེས་སེམས་ཉིད་  
སྟོས་བྲལ་རང་བྱུང་གི་ཡེ་ཤེས་གཅིག་གི་སྟོང་དུ་འཁོར་འདས་ཀྱི་ཆོས་ཐམས་  
ཅད་དབྱེར་མེད་པས་ན་ཤེས་བྱའི་ཆོས་ཐམས་ཅད་ལ་རྩབ་པར་བཤལ་བའི་འདའ་  
བར་དཀའ་བའི་ཐུགས་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་ཆེན་པོར་བཟང་ངན་གྱི་ཞེན་རྟོག་ཟད་དེ། རིས་  
མེད་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རྩལ་པ་འབའ་ཞིག་ལས་མ་དག་རང་མཚོན་པ་འཁོར་བར་  
འཆིང་བའི་ཆོས་ཤིག་གསེར་སྤྱིང་དུ་རྩྭ་པ་བཞིན་བཅའ་ཀྱང་མི་རྟོག་པར་  
ཐག་ཆོད་པས་བཟང་འདོད་ཀྱི་རེ་བ་དང་། ངན་འདོད་ཀྱི་དོགས་པས་ཀྱལ་ནས་

དགྲིས་པའི་འཆིང་བ་དམ་པོའི་མདུད་པ་གྲོལ་ཏེ་སོམ་དལ་བརྒྱལ་མ་བག་ཡངས་  
སུ་སྒྲིང་བའོ། །

བཞི་བ་ནི། རྫོགས་པ་ཆེན་པོར་ཆོས་སྐྱུ་མངོན་གྱུར་ཤོག །ཅིས་ལ་ཁོར་འདས་  
ཐམས་ཅད་ཀྱི་གནས་ལུགས་དེ་ཁོན་ཉིད་ཆོས་སྐྱུ་ཐིག་ལེ་ཉག་གཅིག་གི་གྲོང་  
ན་སྐྱུ་དང་ཡེ་ཤེས་ཐམས་ཅད་དབྱེར་མེད་རོ་གཅིག་པའི་ཚུལ་དུ་རྫོགས་པས་  
རང་བཞིན་རྫོགས་པ་ཆེན་པོར་རྫོགས་གོམས་མཐར་ཕྱིན་པས་ཟག་མེད་ཀྱི་ཡོན་  
ཏན་བསམ་གྱིས་མི་བྱབ་པའི་རྟེན་དུ་གྱུར་པ་རང་བྱུང་ཆོས་ཀྱི་སྐྱུ་རང་གི་ངོ་བོའི་  
བཅུགས་ཚུལ་རི་ལྟ་བུ་བཞིན་མངོན་དུ་གྱུར་པར་ཤོག་ཅིག་ཅིས་པའོ། །

གསུམ་པ་ནི། བརྒྱད་པ་གསུམ་གྱི་ཕྱིན་རྒྱུ་བས་སྒྲིང་ལ་ལྷགས། །སྐྱུ་འབྱུལ་དུ་  
བའི་ལམ་བཟང་སེམས་ལ་རྫོགས། །ཐིན་ལས་རྣམ་བཞི་ལྟོན་གྱིས་གྲུབ་པ་  
ཡིས། །མུ་མཐའ་མེད་པའི་འགོ་བསྐྱོལ་བར་ཤོག །ཅིས་པ་སྟེ། དཔོངས་བད་  
སྟན་བརྒྱད་དེ་བརྒྱད་པ་གསུམ་གྱི་རིམ་པ་ལས་འོང་བའི་དབང་བསྐྱར་རྒྱུད་  
བཤད་བསྟེན་རྫོགས་དང་བཅས་པའི་བཀའ་བབས་ཀྱི་ཚུལ་བཞིའི་ཕྱིན་རྒྱུ་བས་  
སྒྲིང་ལ་རོ་གཅིག་ཏུ་ལྷགས་ཤིང་རྫོགས་ལྟའི་ངོ་བོར་དག་པའི་སྐྱུ་འབྱུལ་  
དུ་བ་ཆེན་པོའི་ལམ་གྱི་གསང་བའི་གནད་ཟབ་མོ་སེམས་ལ་རྫོགས་པ་སྟེ་མ་  
ལུས་པ་མངོན་དུ་རྫོགས་ནས། ཐུན་མོང་དང་མཆོག་གི་ནི་རྒྱས་དབང་དུ་གསོ་  
ཐིན་ལས་རྣམ་པ་བཞི་འབད་ཚུལ་མེད་པར་ལྟོན་གྱིས་གྲུབ་པ་དང་། དེ་ལྟ་བུའི་  
ཐིན་ལས་དེ་ཡིས་ནམ་མཁའ་གར་བྱབ་པའི་མུ་དང་མཐའ་མེད་པའི་འགོ་བ་རི་

སྒྲོན་པ་ནམས་གང་ལ་གང་འདུལ་གྱི་སྒྲོན་ས་བྱང་རྒྱལ་གསུམ་གྱི་ལམ་ལ་སྒྲོལ་  
བར་ཤོག་ཅིག་ཅེས་པ་ལོ། །

བཞི་བ་ལམ་གྱི་མཐུན་སྒྲིལ་ཆང་བ་ལ་སྒྲོན་པ་ནི། ཞི་ཁྲོ་སྒྲུལ་པའི་འཁོར་ལོས་  
ལུང་སྒྲོན་ཅིང་། མཁའ་འགྲོ་ནམས་ཀྱིས་སུ་བཞིན་སྒྲོང་བ་དང་། ཆོས་སྒྲོང་  
སྒྲུང་མས་བར་ཆད་ཀྱུན་བསལ་ནས། ཡིད་ལ་སྒྲོན་པ་མཐའ་དག་འབྲུབ་མཁུ་  
ཅིག ཅེས་པ་ཡིད་མ་ཞི་བ་དང་ཁྲོ་བོ་ནམས་ཀྱི་སྒྲུལ་པའི་འཁོར་ལོས་ས་ལམ་  
དང་ཉམས་རྟོགས་ཀྱི་གོགས་སེལ་བོགས་འདོན་རང་གཞན་གྱི་དོན་འབྲུབ་པའི་  
རྒྱལ་ནམས་ལུང་དུ་བསྟན་པ་སྟེ། དེ་ཡང་འཁོར་ལོ་ཞེས་ཡང་ནས་ཡང་དུ་རྒྱན་  
མི་ཆད་པའི་དོན་དུ་བབྱུང་ངོ་། གནས་གསུམ་གྱི་དཔའ་བོ་མཁའ་འགྲོ་ནམས་  
ཀྱིས་སུ་བཞིན་དུ་སྒྲོང་བར་མཛད་པ་དང་། ཡེ་ཤེས་དང་ལས་དང་འཇིག་རྟེན་  
གྱི་དྲིགས་པ་དཀར་ཕྱོགས་ལ་དགའ་བའི་ཆོས་སྒྲོང་སྒྲུང་མས་བྱང་རྒྱལ་སྒྲུབ་པའི་  
བར་ཆད་ཀྱི་འཆོལ་ཀྱུན་བསལ་ནས་བྱང་རྒྱལ་སྒྲུབ་པའི་མཐུན་སྒྲིལ་ཡིད་ལ་རེ་  
བའམ་སྒྲོན་པ་མཐའ་དག་སྟེ་མ་ལུས་པ་འབྲུབ་བར་མཁུ་ཅིག་ཅེས་པ་ལོ། །

གསུམ་པ་བསྟན་འགྲོའི་དོན་དུ་བསྟན་པ་ནི། རྒྱལ་པའི་བསྟན་པ་དར་ཞིང་རྒྱས་  
པ་དང་། བསྟན་འཛིན་ནམས་ཀྱི་བཞེད་པའི་དོན་ཀྱུན་འབྲུབ། མ་ལུས་སྟེ་  
རྒྱའི་འགལ་སྒྲིབ་ཀྱུན་ཞི་ཞིང་། ལུན་ཚོགས་མཐའ་དག་ཡིད་བཞིན་འཕྱོར་  
མཁུ་ཅིག ཅེས་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཕན་བདེ་མཐའ་དག་གི་ཅུ་བ་ཀྱུན་མཁུ་རྒྱལ་  
པའི་ལུང་རྟོགས་ཀྱི་བསྟན་པ་རིན་པོ་ཆེ་བཤད་དང་སྒྲུབ་པའི་སྒྲོན་ས་ཕྱོགས་

ཐམས་ཅད་དུ་དར་ཁིང་གོང་དུ་འཕེལ་བའི་ཚུལ་གྱིས་རྒྱས་ལ་ཡུན་རིང་དུ་གནས་  
བ་དང་། བསྟན་བ་དེ་འཛིན་བའི་སྒྲིམ་བུ་དམ་བ་རྣམས་གྱིས་བསྟན་འགྲོའི་  
དབལ་ཡོན་སྤེལ་བའི་བཞེད་པའི་དོན་འཁོར་ལོ་གསུམ་གྱི་མཛད་བཟང་ཐམས་  
ཅད་ཀུན་ནས་གོགས་མེད་ཡིད་བཞིན་དུ་འབྱུང་བ་དང་། མ་ལུས་ཤིང་ལུས་  
བ་མེད་པའི་སྒྲིམ་རྒྱའི་འགལ་སྒྲིམ་དུ་སྦྱར་བ་གནས་སྐབས་མཐར་ཐུག་གི་འཛིག་  
རྟེན་གྱི་རྒྱད་པའི་ཚོགས་ཀུན་མཐའ་དག་ལྷག་མེད་དུ་ཁྱེའོ། སྤྱིང་ཁྱིའི་དགོ་  
ལེགས་གྱི་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པའི་ཡོན་ཏན་རྗེ་སྟེད་བ་མཐའ་དག་ཡིད་ལ་བསམ་  
བ་བཞིན་དུ་འཕྱོར་བར་སྦྱར་ཅིག་ཅེས་པའོ། །དེ་ལྟར་ཟབ་དོན་རྟོ་རྟོའི་གསུང་  
དབྱངས་ཉིད། །མོས་པའི་དབང་གིས་རྩེད་ཟད་བཀྲལ་བ་ལས། །མ་རྟོགས་  
ལོག་པར་རྟོག་པའི་ཆ་མཆིས་ན། །ཅུ་གསུམ་སྦྱང་མའི་སྒྱུན་སྦྱར་མཐོལ་ཁིང་  
བཤགས། །བདག་རྒྱུད་རྣམ་དཔྱིད་སྦྱུ་གུ་འཕེལ་བའི་ཕྱིར། །འཇམ་མགོན་  
དགེས་པའི་ཞལ་གྱི་བུམ་བཟང་ལས། །བསྐྱལ་གསུང་བདུད་ཅིའི་ཐིག་ཐུན་  
འཐོར་བའི་ཚོ། །ཚུལ་འདི་སྒྲུབ་པའི་སྒྲོབས་བ་རྩེད་ཟད་རྟེད། །དེ་ཚེ་རིགས་ལམ་  
བྱེ་བའི་ཚུག་ཏེར་ལས། །རྣམ་དཔྱིད་མགྱིན་པའི་ལམ་དུ་ཡོངས་འབྱེལ་བ། །  
མང་ཐོས་དྲང་སྟོང་དགེས་པའི་ཞལ་གྱི་ལུང་། །དྲི་མེད་བདུད་ཅིའི་སྒྲུང་དང་  
འགོགས་པ་ལས། །སྤྱོད་མའི་དྲིན་གྱིས་ལེགས་བཤད་ཆ་ཡོད་ན། །དགོ་བ་དེས་  
ནི་མཐའ་ལས་འགོ་བ་ཀུན། །མྱོད་བྱང་ཐེག་པ་མཆོག་ལ་རབ་ཞུགས་ནས། །  
ཕུམས་གཅིག་གཤོང་མའི་གཞི་ལ་གོལ་སྦྱར་ཅིག །ཅེས་བ་འདི་ནི་རིགས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་

৬৭

401

༥ མཐའ་བྲལ་དབུ་མ་ཆེན་པོའི་སྒྲོན་ལམ་སྤངསྤྱོད་ཚུ་  
ཟླའི་རོལ་ཅེད་ཅེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ། །

དུས་གསུམ་སྐས་བཅས་རྒྱལ་བའི་བསྐྱོད་གཅིག་ལམ། སྤྱོད་དང་སྤྱོད་རྩེ་བུང་  
དུ་འབྲེལ་བ་ཡི། ཐེག་མཆོག་དབུ་མའི་རྩལ་ཆེན་ལ་གནས་ནས། རྣམ་གྲོལ་  
རྒྱལ་བའི་དབང་པོ་འགྲུབ་གྱུར་ཅིག ཡང་དག་རིགས་པས་བྱང་བའི་རེས་ཤེས་  
ཀྱི། ལམ་ནས་གནས་ལུགས་དོན་གྱི་ཡང་དག་མཐའ། རི་བཞིན་ལེགས་  
རྟོགས་ཟབ་མོའི་རྣལ་འབྱོར་གྱིས། རྒྱལ་བ་དགེས་པའི་ལམ་ལ་འཇུག་གྱུར་  
ཅིག ཆོས་རབ་རྣམ་པར་འབྱེད་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས། རབ་བྱང་གཉིས་སུ་  
མེད་པའི་ཡེ་ཤེས་སྤྱན། སྤངསྤྱོད་རྩེ་རྩེའི་མཁའ་ལ་གདངས་བ་ཡིས། མཉམ་  
ཉིད་ཆོས་སྤྱི་དགོངས་པ་མཐོང་བར་ཤོག ཁང་སྤངསྤྱོད་ནས་འབྱུང་བའི་  
ཆོས་ཉིད་ལས། འདའ་བ་མེད་ཅིང་བརྟེན་ནས་གང་བྱུང་བས། མཐའ་བཞིའི་  
སྒྱུ་བ་ལེགས་པའི་རེས་ཤེས་ཀྱིས། མཐའ་བྲལ་ལྟ་བུའི་ཟབ་གནད་རྟོགས་  
པར་ཤོག ཁང་སྤྱིར་སྒྱུ་བ་མེད་པས་ཆོས་འདི་ཀུན། འཕོག་མེད་སྤངསྤྱོད་  
སྤངསྤྱོད་པ་འདི་ཉིད་ཀྱིས། རང་བཞིན་སྤྱོད་པ་ཆེན་པོར་རེས་ཤེས་པས། མཐའ་  
བྲལ་ཆོས་གཅིག་བདེན་པར་གྲུབ་ན་དེ་ཉིད་ཀྱིས། ཆོས་ཀུན་སྤངསྤྱོད་པ་གཏན་  
ནས་འཕོག་འགྲུར་སྤྱིར། གཅིག་ཀྱང་བདེན་པ་མེད་པའི་རེས་ཤེས་ཀྱིས། །

མཐའ་བྲལ་= ཉེན་འབྱུང་བསྐྱེད་མཆོད་སྒྲུབ་པའི་ཆོས་རྒྱལ་ལ། རྒྱུ་སྒྲིག་ས་རང་  
 མཆོན་གྲུབ་པ་རྒྱལ་ཅམ་ཞིག །ཐ་སྐད་དུ་ཡང་དམིགས་པར་མི་འགྱུར་བས། །  
 མཐའ་བྲལ་= དེ་ཕྱིར་རྒྱུ་བ་མེད་ལ་སྒྲིག་ས་པ་ཡང་། །ནམ་མཁའི་ཡུལ་ཡི་  
 གྲི་བ་ཞིན་དུ། །གནས་ལུགས་དོན་ལ་གྲུབ་པ་མེད་པ་ཡིས། །མཐའ་བྲལ་= དེ་  
 སྐད་གདོད་ནས་རྒྱུ་བ་མེད་པ་དང་། །རྒྱུ་སྒྲིག་ས་ལྟར་སྒྲུབ་ཀྱང་རྒྱུ་བ་སྒྲུབ་པའི་  
 ཆུ། །ཡེ་ནས་འདྲུ་འབྲལ་མེད་པའི་ཆོས་ཉིད་དང་། །མཐའ་བྲལ་= དེ་ཆོ་མཐའ་  
 བཞིའི་འཛིན་སྐྱེད་ས་ཀྱང་ཞིག་པའི། །འགྲོ་འོང་གི་གང་བྲལ་པའི་ཆོས་གྱི་  
 དབྱིངས། །དགག་རྒྱུབ་ལས་འདས་དོན་གྱི་གཤིས་འཇལ་བས། །མཐའ་བྲལ་=  
 གང་སྒྲུབ་གང་དུ་བརྟགས་གྲུབ་མི་འགྱུར་བས། །ཐམས་ཅད་སྒྲུབ་སྒྲིང་མཉམ་  
 པའི་ཆོས་གྱི་དབྱིངས། །རྒྱལ་དང་ནམ་མཁའ་མཆོངས་པའི་ངེས་ཤེས་གྱིས། །  
 མཐའ་བྲལ་= རྒྱུ་འདྲ་སྒྲིད་པའི་ཐམས་ལ་སྒྲིང་རྒྱུ་དང་། །བྱུང་རྒྱུ་སེམས་  
 མཆོག་ལྷོག་མེད་རྒྱུ་བའི་སྒྲི། །ཆོད་མེད་རྒྱལ་བའི་སྒྲིད་ཡུལ་མཐོང་བའི་ལམ། །  
 མཐའ་བྲལ་= མ་ལུས་སྒྲིད་དང་ཞི་བའི་ཆོས་ཀྱང་གྱི། །དེ་བཞིན་ཉིད་འདི་  
 རྒྱུ་གས་པ་ཆེན་པོ་སྟེ། །འདི་ལས་འདའ་མེད་ལྷག་རྒྱུ་ཆེན་པོ་འདའ་ཡིན། །མཐའ་  
 བྲལ་= མི་གནས་ཟུང་འཇུག་རབ་རྒྱུ་ཞི་བའི་དབྱིངས། །སོ་སོ་རང་གིས་རིག་  
 པའི་རྒྱལ་གྱིས་ནི། །མཐའ་བཞིའི་འཛིན་སྐྱེད་ས་བསྐྱེད་པའི་འོད་གསལ་དང་། །  
 སྒྲིས་བྲལ་བ་སྒྲིམ་པའི་ཉིང་འཛིན་འབྱུང་བར་ཤོག །མཆོན་མའི་སྒྲིས་ཀྱང་གདོད་  
 བས་ཉར་ཞི་བའི། །མི་རྟོག་ཡེ་ཤེས་མཆོག་གི་སྒྲུབ་པ་ཡིས། །སྒྲིབ་གཉིས་

མུན་པ་འཐིབས་པ་རྣམ་པར་འཛོམས། །སྒྲོས་བྲལ་= སྒྲོས་ཀུན་ཉི་པར་ཞི་  
 པའི་ཟུང་འཇུག་དབྱིངས། །དྲི་མེད་ནམ་མཁའ་དཀྱིལ་ལྟར་རྣམ་དག་པས། །  
 མཉམ་གཞག་སྒྲ་བསམ་བཞེད་པའི་ཡུལ་ལས་འདས། །སྒྲོས་བྲལ་= དེ་ཡི་  
 རྗེས་ལས་ཐོབ་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱིས། །བྱི་དང་ནང་གིས་བསྐྱས་པའི་ཆོས་སོཙམ། །  
 མི་ལམ་སྒྲ་མ་ཆུ་ཟླའི་ཚུལ་མཐོང་བའི། །སྒྲོས་བྲལ་= བྱུགས་དུས་སྐབས་བཅས་  
 རྒྱལ་བའི་མཛད་པ་གང་། །ཆད་མེད་ནམ་མཁའ་ཡངས་པའི་རང་བཞིན་ལ། །  
 རྒྱ་མའི་རྣམ་ཐར་སྟོབས་ཀྱིས་དྲག་འཇུག་པ། །སྒྲོས་བྲལ་= གཟུངས་དང་སྟོབས་  
 པ་མངོན་ཤེས་ལ་སོགས་པའི། །ཆད་མེད་ཡོན་ཏན་ལོར་བུའི་གཏོར་ཆེན་གྱི། །  
 འབྲུང་གནས་གཅིག་ཡུར་ཡུར་པའི་ཟག་མེད་དབྱིངས། །སྒྲོས་བྲལ་= སྦྱོན་  
 སོགས་ཐབས་ཀྱི་རྣམ་པ་རི་སྟེང་ཀྱན། །མཉམ་ཉིད་གང་གི་དབྱིངས་སུ་མཉམ་  
 ཡུར་པས། །མྱིད་ཞིར་མི་གནས་མཉམ་པའི་ཆོས་སྒྱུར་སྟེན། །སྒྲོས་བྲལ་= སྟེན་  
 གཉིས་འབྲུལ་པའི་ས་བོན་ཀྱན་སྟོང་ཞིང་། །མི་གནས་རྣམ་གྲོལ་འབྲས་བུའི་  
 འཇུག་སྟོན་ཞི། །གང་ལས་གཞན་མེད་སྐབས་བཅས་རྒྱལ་བའི་ཡུམ། །སྒྲོས་བྲལ་= གདོད་ནས་སྒྲུང་སྟོང་མཉམ་པའི་ཆོས་དབྱིངས་གང་། །དེ་བཞིན་ཉིད་དུ་རི་བཞིན་  
 བཞག་པ་ཡིས། །རྒྱལ་ཆུ་བཞིན་རོ་མཉམ་དབུ་མའི་རང་། །སྒྲོས་བྲལ་= བྱུགས་  
 དུས་སྒྲུ་མའི་སྒྲུང་ཆ་རི་སྟེང་དང་། །རང་བཞིན་གདོད་ནས་མཉམ་པའི་ཆོས་  
 ཉིད་དང་། །དབྱེར་མེད་དོན་རྗེས་སུ་འཇུག་གིས་སྟུ། །སྒྲོས་བྲལ་བསྟོམ་པའི་  
 རྒྲུང་སྟོང་མཉམ་པ་ཉིད་ཀྱི་ཆོས་དབྱིངས་སྟུ། །རི་བཞིན་མ་ནོར་དེ་བཞིན་ཉིད་



གཤེགས་པས། སྒྲིབ་བྲལ་དོ་རྗེ་ལྟ་བུའི་ཡེ་ཤེས་སྒྲུ། །མི་གནས་འབྲས་བུའི་  
 ཟུང་འཇུག་ཐོབ་པར་ཤོག། བྱོགས་དུས་སྤྱིད་དང་ཞི་བའི་སྣང་ཆ་གང་། །རི་  
 སྟེང་མ་འདྲེས་རྒྱ་མཚོར་གཟའ་སྐར་བཞིན། །མཉམ་ཉིད་དབྱིངས་སུ་མཉམ་  
 པར་ཏྲག་གཟིགས་པ། །མི་གནས་= དངོས་རྒྱམས་དངོས་པོའི་ཆོས་ཉིད་ལས་  
 གཞན་དུ། །འཇུར་བ་མེད་ཕྱིར་ཆོས་ཉིད་བཞིན་གཤེགས་པ། །འཕོ་འཇུར་  
 བྲལ་ཡང་སྒྲ་ཆོགས་དངོས་སུ་སྣང་། །མི་གནས་= གྲུག་གཟིགས་བ་སྒྲུའི་ཁོང་  
 འུ་གཅིག་ཉིད་ན། །མ་ལུས་བྱོགས་དུས་ཤེས་བུའི་སྣང་ཆ་གྲུག། །མ་འདྲེས་  
 རི་བཞིན་སྟོན་པའི་རྣམ་ཐར་ཅན། །མི་གནས་= བ་སྒྲུའི་ཆ་ཤས་གཅིག་གི་ཡོན་  
 ཏན་གྱིས། །རི་སྟེང་བྱོགས་དུས་དངོས་པོའི་གྲངས་དང་ཆ། །པ་མཐའ་ཡོངས་  
 སུ་འཇུག་པ་བཞིན་དུ་བཀའ། །མི་གནས་= དབྱིངས་འདི་རང་བཞིན་ཉིད་གྱིས་  
 མ་གྲུབ་པས། །འདི་ལྟར་བྱོགས་དུས་འགོ་བའི་སྣང་ངོ་དང་། །མཐུན་པར་  
 འཇུག་པ་གྲུག་བྱུང་སྒྲུ་མའི་འབྲུལ། །མི་གནས་= སྒྲོས་དང་བྲལ་བ་སྣང་སྟོང་  
 མཉམ་པའི་དབྱིངས། །རྣམ་གྲོལ་རྒྱལ་བའི་འཕྱོར་བ་མི་ཟད་པའི། །འབྱུང་  
 གནས་ཉིད་ཕྱིར་ཡོན་ཏན་པ་མཐའ་བྲལ། །མི་གནས་= མཚན་མའི་སྒྲོས་པ་  
 གྲུག་ལས་འདས་པའི་དབྱིངས། །གསུམ་ལྡན་དུས་ཀྱི་འཇུར་བ་ཡོངས་བྲལ་  
 བས། །དུས་མེད་མཉམ་པ་ཆེན་པོར་ཏྲག་པའི་སྒྲུ། །མི་གནས་= མཐའ་བྲལ་  
 ཉེ་བར་ཞི་བའི་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས། །གྲུག་ཏུ་རྟོག་པ་གྲུག་ལས་རྣམ་གྲོལ་བས། །  
 ལྟན་གྲུབ་རེ་སྒྲོང་ཡིད་བཞིན་ལོར་བུའི་ཚུལ། །མི་གནས་འབྲས་བུའི་= གྲུག་

སྒྲུང་ན་ཡང་ཀུན་ཏུ་རོ་མཉམ་དབྱིངས། །མཐའ་ཡས་ལན་བདེའི་རང་བཞིན་  
ཡོན་ཏན་གཏོང་། །མ་ལུས་སྒྲེ་རྒྱའི་སྒྱུབས་མཚོག་སྒྲུབ་མེད། །མི་གནས་འབྲས་  
མུའི་ཟུང་འཇུག་ཐོབ་པར་ཤོག། །ཅེས་པ་འདི་ཡང་འཆི་མེད་ལྷོན་པ་དགེགས་བའི་དགའ་ཚལ།  
དོན་རྒྱུ་ཡི་བཅུགས་པའི་ཀེའུ་ཚང་། །ཟེན་ཆེན་བདུད་རྩིའི་ཤིང་གི་སྒྲིལ་ལུན་སྒྲིལ་པའི་ལྷའི་བསྐྱེན་  
མཚམས་ལ་གནས་པའི་སྒྲུབས་ཤིག་ཏུ་འཇམ་དཔལ་དགུས་པའི་རང་མདངས་ཞེས་འབོད་པས་ཤར་མར་  
སྒྲེལ་བ་དག་ལེགས་མཚོག་ཏུ་རྒྱས་པའི་རྒྱར་རྒྱར་ཅིག་ མཛད་ལོ། །

༡ དཔལ་འདི་སྒྲོན་ལམ་ཡེ་ཤེས་གསང་ལམ་བཞུགས། །ཨེ་མ་རྟོ། འཛིགས་རུང་  
སྒྲིན་པོའི་གྲོང་ཁྱེར་དཔལ་གྱི་རི། །སྒྲུབ་སྒྲུམ་རྒྱལ་བའི་ཁིང་ཁམས་བསྐྱོའོད། །  
དམར་ནག་མེད་པུང་འབྲུགས་པ་དྲག་པོའི་ཁིང་། །ནང་ལྷ་རྩོམ་དོན་རྩལ་གྱི་ཅི་ཏྲའི་  
གྲོང་། །རིག་འཛིན་དཔའ་པོ་མཁའ་འགྲོའི་པོ་བྱང་ནས། །རང་རིག་འཇུག་  
མེད་བདེ་ཆེན་དོན་རྩལ། །ཕྱོགས་དུས་རྒྱལ་བའི་བྱུང་བདག་བསྐྱོའོད། །  
རབ་འབྲུམས་སྒྲུ་འབྲུལ་དོན་རྩལ་སྒྲོ་བ། །སྒྲུབས་གནས་ཀུན་འདུས་ཐུགས་  
རྩེའི་གཏོར་ཆེན་པོ། །བདག་གི་སྒྲོག་སྒྲུམ་ལོངས་སྒྲོལ་དག་ཆོགས་ཀུན། །ཀུན་  
བཟང་མཚོད་པའི་སྒྲིན་དུ་བྱེད་ལ་འབུལ། །དབྱེར་མེད་མཉམ་པའི་རང་དུ་  
ཐུག་འཚལ་ལོ། །ཆེ་གཅིག་ཀུན་པའི་ཡིད་གྱིས་གསོལ་འདེབས་ན། །ཡེ་ཤེས་  
དོན་རྩལ་དམ་བཅའ་ཆེན་པོ་ཡིས། །འདི་ནས་བྱང་ཆུབ་པར་དུ་རིགས་བདག་  
ཏུ། །བཞུགས་ནས་འབུལ་མེད་རྩིས་བཟུང་བྱིན་རྒྱབས་མཛོད། །བདག་གིས་  
དག་ཅི་རྩིས་བསགས་པ་དང་། །ཅི་གསུམ་ཀུན་འདུས་ཀྱི་རུའི་ཐུགས་རྩེ་  
དང་། །རང་བྱུང་ཡེ་ཤེས་ཆེན་པོའི་བདེན་པ་དང་། །རྣམ་དག་སྒྲོན་ལམ་དྲག་

པོའི་འཕེན་གྲུགས་ཀྱིས། ཁམ་ཞིག་ཆོ་འདིའི་སྒྲུང་བ་རྒྱབ་པའི་ཆོ། རང་སྒྲུང་  
 དག་པ་ཆེན་པོའི་འོད་ལམ་ལ། རིག་འཛིན་སྤྱོད་མའི་ཆོགས་ཀྱིས་མདུན་བསྐྱེད་  
 ཞིང་། ཡི་དམ་ཞི་ཁྲིའི་ལྟ་ཡིས་རྒྱབ་ནས་བརྟེན། གནས་གསུམ་དཔལ་པོ་  
 མཁའ་འགྲོས་མཐའ་བསྐྱོར་ཏེ། མེ་ཏོག་ཆར་འབེབས་འཇའ་འོད་རྩལ་མོར་  
 བཅས། བདེ་ཆེན་བསྐྱེད་ཀྱི་ཞིང་ཁམས་སུ། ལྷ་རུའི་རྒྱུད་དུ་བརྟུན་ཏེ་སྒྲེ་  
 བར་ཤོག། དབང་འབྱོར་ཡེ་ཤེས་ཆེན་པོའི་སྒྲུ་འབྲུལ་ལས། སྒྲུ་གསུམ་རྒྱལ་  
 བའི་ཞིང་གི་བཞོན་པ་ཀྱུན། མ་ཆང་མེད་པ་ཡིད་བཞིན་འདོད་དགུར་འཆར། །  
 རྣམ་དག་སྒྲུལ་པའི་ཞིང་དེར་སྒྲེ་བར་ཤོག། ཁོ་རྒྱུན་རྗེ་དང་གྲས་བཅས་རྒྱལ་  
 བ་ཡིས། དབུགས་དབྱུང་གཟེངས་བསྟོན་སྤྲིད་ཞིའི་ཡོན་ཏན་ཀྱུན། མ་ཆང་  
 མེད་པ་མཆོག་གི་རྟེན་ཐོབ་ནས། རྩོམ་ཐེག་པའི་ལམ་ལ་འཇུག་པར་ཤོག།  
 དེར་ནི་རྟེན་དེ་ཁོ་ནས་ཆོག་ཅིག་ལ། རིག་འཛིན་རྣམ་བཞིའི་གསང་ལམ་ཡོངས་  
 རྩོགས་ནས། ཡེ་ཤེས་རྩོམ་རྩེས་རྒྱལ་བསྟོན་སྒྲོང་། ལྷ་རུའི་དང་དགོངས་  
 སྒྲོད་མཉམ་པར་ཤོག། དུས་གསུམ་རྒྱལ་བ་རྒྱལ་གྲས་འཇམ་པའི་དབྱུངས། །  
 ཀྱན་ཏུ་བཟང་སོགས་སེམས་དཔལ་ཆེ་རྣམས་ཀྱི། རྩོགས་སྒྲིན་སྒྱུང་བའི་རྣམ་  
 ཐར་རྒྱ་མཚོ་ཀྱུན། བདག་ཉིད་གཅིག་ལུས་ཡོངས་རྩོགས་སྒྲོད་གྱུར་ཅིག།  
 ཆོས་དབྱིངས་ནམ་མཁའ་སེམས་ཅན་རྩིས་པར། མཁའ་ཁྲབ་འགྲོད་ཁྲད་  
 བར་སྐྱུག་བསྐྱུལ་ཅན། མཁྱེན་བརྟེན་ལུས་པ་མཆོག་གིས་རྗེས་འཛིན་ཞིང་། །  
 བསྐྱེད་སྤྲིན་ལས་ཏྲག་ཏུ་སྒྲེལ་བར་ཤོག། མཆོག་གསུམ་རྩ་གསུམ་གྲུགས་རྗེ་

མད་བྱང་དང་། ཁྲིམ་ཉིད་བདེན་པ་ཆོས་ཅན་རྟེན་འབྲེལ་དང་། བདག་གི་  
ལྷག་བསམ་དག་པའི་རྣམ་སྟོབས་ཀྱིས། སྟོན་ལམ་འདི་དག་ཡོངས་སུ་འབྲུབ་  
པར་ཤོག ། ཅིས་པའང་རྒྱལ་དབང་བསྐྱེད་བྱེད་ཀྱི་ལམ་ལ་འཇམ་དཔལ་དཔྱེས་བས་སྒྲེལ་བ་དགོལ།

༥ མར་མེའི་སྟོན་ལམ་ཡེ་ཤེས་འོད་གསལ་བཞུགས། ཚི་ལུ་རྩྱུ་རྩེ་ རྩར་བྲོད་གསང་  
བ་མཚོག་གི་དཀྱིལ་འཁོར་དུ། རྡོ་རྗེ་སྟོབ་དཔོན་མཆོད་ལུ་མ་འདུས་པའི་ཚོགས།  
སྤྱེའོད་རྡོ་རྗེའི་རིགས་སུ་དམ་བཅས་ཏེ། བྱང་རྒྱལ་སྤྱིང་པོར་ཡོངས་སུ་སྟོན་  
བཞུད་ན། བདེ་ཆེན་བྱང་རྒྱལ་སེམས་ཀྱི་དཀྱིལ་འཁོར་དུ། རྟག་ཏུ་དཔྱེས་  
བཞུགས་ཅུ་གསུམ་སྤྱང་མའི་ཚོགས། མཉམ་ཉིད་དབྱིངས་སུ་དབྱེར་མེད་  
རྒྱལ་གཅིག་པའི། ཁྲིམ་ཉིད་བདེན་པའི་ངང་ནས་བྱིན་གྱིས་སྟོབས། སྟོན་  
བཅུད་རྣམ་དག་ཡེ་ནས་བདེ་བཅེ། མཉམ་པ་ཉིད་དབྱིངས་མི་འགྱུར་སྟོན་  
དང་བྲལ། འོད་གསལ་ལྷུན་གྲུབ་རང་རིག་ཡེ་ཤེས་ཀྱི། ཐེག་ལེ་ཉག་གཅིག་  
སྟོབས་ཀྱིས་གྲུབ་པར་ཤོག ། དེང་ནས་སྤྱེའོད་སྤྱིང་པོ་ཐོབ་བར་དུ། འཁོར་  
བའི་འཕྱལ་སྤང་ལུན་པས་མི་བརྗེ་ཞིང་། ཐབས་ཤེས་སྤང་བ་རྟེན་འབྱུང་བ་སྤྱི་  
མེད་ཀྱིས། མི་ལྷག་འབྲས་སུའི་སྤྱབས་སུ་འཇུག་པར་ཤོག ། བོད་ནས་བོད་  
དུ་སྤྱི་བདེ་དང་དེར། ཐེག་མཚོག་རྡོ་རྗེའི་རིགས་སུ་སྤྱིས་ནས་ཀྱང་། ཐེག་  
ཆེན་གསང་སྤགས་སྟོན་དང་བསྟན་པ་དང་། འབྲལ་མེད་བདུད་ཀྱི་ལས་རྣམས་  
སྤྱིང་བར་ཤོག ། དད་པ་ཆེན་པོས་ཐེག་མཚོག་ལྷག་པར་མོས། སྤྱིང་རྗེ་ཆེན་

བོས་འགོ་ཁམས་ཡོངས་སུ་འཛིན། །ཤེས་རབ་ཆེན་པོས་མཐར་ཐུག་ཆོས་མཛོད་  
 མཐོང་། །ཐིན་ལས་ཆེན་པོས་དོན་ཀྱན་གྲུབ་གྲུབ་ཅིག །འདུས་པའི་ཆོག་ས་  
 འདི་མི་འབྲལ་ཆོམ་བྱར་འགོག་ས། །ཐེག་ཆེན་སྒྲིང་བའི་དོན་ལ་མཐུན་པར་  
 བརྩོན། །བསྟན་ལ་སྒྲོད་པའི་ཡིད་ཅན་མཐར་བྱེད་ཅིང་། །དངོས་གྲུབ་འདོད་  
 དགའི་དཔལ་གྱིས་འབྱོར་པར་ཤོག །དུག་ལྡེད་དབང་གིས་རིག་སྤྱད་ལྟལ་  
 མཐོང་ཞིང་། །འབྲལ་སྤངས་ཐུན་པས་གལ་ཏེ་གོག་ས་བྱེད་ན། །ཡེ་ཤེས་སྤངས་  
 བའི་གོ་འབྱེད་སྒྲོན་མེ་འདིས། །རིག་འཛིན་སྐྱབ་པ་པོ་ཡི་ཤུལ་མཆོན་ཅིག །  
 བཀའ་བརྒྱུད་བླ་མའི་ཆོག་ས་གྱིས་མདུན་ནས་བསུས། །ཡི་དམ་ལྟ་ཆོག་ས་  
 རྣམས་གྱིས་རྒྱབ་ནས་བརྟེན། །དཔའ་བོ་མཁའ་འགྲོའི་ཆོག་ས་གྱིས་ཡོངས་  
 བསྐྱོར་ནས། །ས་ལམ་རིམ་པར་གོག་ས་མེད་བཟོད་གྲུབ་ཅིག །འཇམ་པའི་  
 དཔལ་གྲུབ་ཡེ་ཤེས་ཉི་མ་ཡི། །ཀུན་རུ་འོད་གྱིས་སྒྲོག་ས་བརྩེ་ཐུན་པ་བསལ། །  
 བརྩེ་བའི་སྒྲུན་རས་འགོ་ཁམས་ཀྱན་གཟིགས་པའི། །བདུ་ཅན་གྱིས་ཡིད་ཅན་  
 དབང་དུ་བསྐྱར། །དཔལ་ལྡན་རྩོད་རྩོད་འཛིན་པའི་ཡེ་ཤེས་སྐྱ། །ཡི་གེ་འཁོར་ལོ་  
 ཆོག་ས་ཆེན་འཕྲོ་བཡིས། །ལས་དང་ཉོན་མོངས་བག་ཆགས་ཆར་བཅད་ནས། །  
 སྒྲ་གསུམ་འདུ་འབྲལ་མེད་པར་སངས་རྒྱས་ཤོག །ཐམས་ཅད་མཉམ་ཉིད་  
 བྱང་ཆུབ་སེམས་ཀྱི་གྲོང་། །བདེ་ཆེན་རྒྱལ་པོ་རང་བྱུང་ཡེ་ཤེས་སྐྱ། །ཏྲག་རུ་  
 མི་འགྱུར་ལྟན་གྱིས་གྲུབ་པ་ཡི། །བཀའ་ཤིས་སྤངས་པ་མཁའ་ཁྲབ་འབར་བར་  
 ཤོག །ཅེས་པའང་ཐམས་ཅད་འདུལ་གྱི་རྒྱ་༡༡ཆོས་ནོལ་འཇམ་དཔལ་འོད་གསལ་རྩོད་རྩོད་ཡིད་གྱི་མཆོ

ལས་བྱུང་བ་མདྲ་ལོ། །

༥ བདག་ནི་མཁའ་ཁྱབ་འགོ་ཀུན་ལ། བྱི་མའི་མུ་མཐར་ཐུག་གི་བར། །  
མི་བདེ་སྐྱུག་བསྐྱེད་ཀུན་བསལ་ཞིང་། བདེ་དང་ཕན་བ་སྦྱབ་བ་ཡིས། རེ་  
བ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་འདོད། ལ་བསྐྱེད་བསྐྱེད་དང་མ་གྲོལ་དགྲོལ། །  
དབུགས་མ་ཕྱིན་བ་དབུགས་དབྱུང་ནས། མི་གནས་མུང་འདས་ལ་འགོད་དོ། །  
དེ་ལྟར་ཀུན་བཟང་འཇམ་དཔལ་གྱི། རྗེས་སུ་སློབ་པའི་བསམ་བ་ཡིས། །  
ཐྱོགས་དུས་རྒྱལ་བའི་རོ་བོ་ཉིད། དཀྱིལ་འཁོར་ལྷ་ཚོགས་ལེགས་སྦྱབ་ཀྱང་། །  
འདི་ལྟར་སྒྲིགས་མའི་རྒྱད་བ་བརྒྱ། དུས་གཅིག་སྟོང་ལ་མེ་ལྟར་འབར། གྱེ་  
མ་ང་དང་ང་འདྲ་བའི། ལས་ཉོན་སྐྱུག་བསྐྱེད་ལྷག་རྣམས་ལ། རིང་ནས་  
མགོན་དུ་དམ་བཅས་ཏེ། ཚོགས་གཉིས་སྒྲ་བ་ཉ་གང་བའི། དཔག་མེད་འོད་  
ཟེར་ཚོགས་མངའ་ཞིང་། རྒྱད་བྱུང་འོད་ཟེར་རེ་རེས་ཀྱང་། ཐྱོགས་བཅུ་མཐའ་  
ཡས་མུ་མེད་པའི། འགོ་བའི་ཉོན་མོངས་འཛོམས་བ་དང་། སྐྱུག་བསྐྱེད་མ་  
ལུས་ཞི་བྱེད་ཅིང་། རེ་བ་ཡོངས་སུ་སློབ་བ་ཡི། རྒྱས་བ་ཆེ་ལྷན་ཡེ་ཤེས་གྱི། །  
གཟིགས་པ་དྲི་མེད་དག་བ་ཡི། མགོན་པོ་རྒྱལ་བ་སྤྲས་དང་བཅས། དམན་  
བ་བདག་ལ་མི་དགོངས་སམ། གྱེ་མ་གྱེ་རྒྱུད་བདག་འདྲ་བས། ཁྱེད་ལ་དད་  
བས་གསོལ་འདེབས་རྒྱན། ལོ་དང་སྐྱེ་བར་མཐུན་ན་ཡང་། དབུགས་དབྱུང་  
རྒྱུང་ཟད་མི་སྦྱོལ་ན། ཁེམས་ཅན་ཉམ་ཐག་ང་འདྲ་བ། ཀུན་དྲུང་ཁྱེད་ལ་  
ཡུད་ཅམ་ཡང་། མི་ཐྱོགས་སྒྲིག་པའི་དབང་སོང་བ། ཁྱེད་ཀྱི་ཐུགས་རྗེས་རི་

ལྟར་སྒྲོབ། རྡོ་རྗེའི་ཞལ་བཞེས་བདེན་གསུང་དང་། མཁའ་བཙུན་ལྟུང་པ་བསྐྱེད་མེད་ལ། རྣམ་ཡང་གཞོན་འགྱུར་ག་ལ་སྤིང་། རེ་འབྲས་རྩམ་འདྲིར་མཆིས་བར་མཛོད། །རབ་ཆོས་རྣམ་ཀུལ་རྒྱ་ལ་ཆོས་ཀྱི་ཐལ་ཏུ་བརྒྱ་བདེ་ལྟན་གྱི་དུས་ཀྱིས་བཀྲུག་པོ། །

༥ སེམས་ཅན་བདེ་ལྟན་སྤྱད་བསྐྱེད་ལྟུང་པ་བསྐྱེད་མེད་ལ། རྟག་ཏུ་བདེ་མཉམ་ལ་གནས་ཤོག །ཆོད་མེད་བཞི་བརྒྱུས་པའི་ཆོག་གོ། མི་ཐམ་པས་སོ། །

༦ སྒྲོབས་བརྒྱུམ་དང་བ་བཙུན་ཆེན་ཐུགས་རྗེའི་བདག་ །དབང་བརྒྱུམ་ཐར་ཕྱིན་ཀུལ་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱི། ཡེ་ཤེས་སྒྲུ་གཅིག་འཇམ་དཔལ་དཔལ་འབྱོར་སྤེལ། །ཉམ་ཐག་བདག་ལ་དགོངས་ཤིང་མཁའ་བར་མཛོད། །ཤིང་རྒྱལ་རྒྱ་ལ་ཆོས་ཀྱི་ལུང་།

༧ གང་ཆེ་བདག་གིས་གཞན་པན་སེམས་ཀྱིས་སྤྱུ། སྤྱིང་དབྱུག་བརྒྱ་གཞོན་རྩུ་ཁྱོད་དྲན་ནས། ཡེགས་བཤད་བདུད་ཅིང་སྒྲ་དབྱངས་སྒྲོ་བཀྱིད་ན། །འཇམ་དཔལ་བདག་གི་ཡིད་ལ་དཔལ་སྒྲུལ་ཅིག །མི་ཐམ་པས་སོ། །

༨ ཐེག་ཆེན་ཆོས་འཛིན་སྒྲོན་ལམ་བཞུགས་སོ། ཞེས་སྤྱི། མངས་རྒྱས་ཀྱིས་ནི་བདུད་རྣམས་ལམ་པར་གྱུར། ཆོས་མ་ཡིན་པ་རྣམས་ནི་ཆོས་ཀྱིས་སོ། །དགོ་འདུན་ཀྱིས་ནི་ཐུ་སྟེགས་ལམ་པར་མཛོད། །བདེན་པ་རྒྱལ་གྱུར་རྩུན་པ་ལམ་གྱུར་ཅིག །མཆོག་གསུམ་རྩ་གསུམ་ཐུགས་རྗེའི་རྩམ་མཐུང་། རྟོན་འབྲེལ་བསྐྱེད་པ་མེད་པའི་བདེན་པ་དང་། ཆོས་ཉིད་འགྱུར་པ་མེད་པའི་བྱིན་རླབས་ཀྱིས། ཐེག་ཆེན་བརྟན་ལ་ལྷག་པའི་བསམ་པ་ཡིས། སྒྲོན་ལམ་གང་བཏང་འདྲི་ཀྱན་འབྲུབ་གྱུར་ཅིག །མ་ལུས་བདེ་བར་གཤེགས་པ་དགོངས་སུ་གསོལ། །

ཤོགས་དང་དུས་ཀྱིས་བྱལ་བའི་ཞིང་ནམས་སྟུ། རྒྱལ་བའི་དགོངས་པ་མཐར་  
ཐུག་ནང་རྒྱད་གསུམ། ཉེ་ཡི་འཇུག་སྒོ་ཐེག་རིམ་ཡན་ལག་བཅས། མ་ཉམས་  
མཚོར་ཡོངས་སུ་འཛིན་པར་ཤོག། ཐེག་ཆེན་ཆོས་ལ་སྣང་བའི་བསམ་པ་ཡིས།  
སྦྱོར་བ་ངན་པ་གང་དུ་བྱུང་བ་སྟེ། རྩ་སྐྱམ་མེ་བཞིན་བདག་གི་སྟོབས་ཀྱིས་  
ནི། མཛོན་སུམ་ཅུད་ནས་གཅོད་ཅིང་བརྒྱུ་ལྟར་ཅིག། ཐེག་ཆེན་ཆོས་ལ་  
བསམ་པ་ལོག་པ་ཡིས། སྦྱོན་ལམ་ངན་པ་གང་གིས་ཅི་བྱལ་བ་ཀྱང་། ཅུང་  
ཟད་མི་འགྲུབ་དེ་དང་དེའི་བསམ་སྦྱོར། བརྟན་པའི་ཤོགས་སུ་བདག་གིས་  
བརྒྱུར་བ་ཤོག། ལས་དང་ཉོན་མོངས་བག་ཆགས་སྦྱིབ་པ་ཡིས། ཐེག་ཆེན་  
ཆོས་ལ་གཤེ་ཞིང་ཡིད་སྣང་བ། ཉེ་དག་བདག་གི་མིང་ཙམ་ཐོས་སྟོན་གསུམ།  
རང་དབང་མེད་པར་ཐེག་ཆེན་དགའ་བར་ཤོག། ཐེག་ཆེན་ཆོས་ལ་དགའ་བ་  
དེ་དག་ལ། འཇམ་པའི་དབྱངས་ཀྱི་ཕྱིན་རྒྱབས་སྦྱར་ཞུགས་ནས། སྦྱོབས་  
པའི་གཏེར་ཆེན་བརྒྱད་པོ་རང་གོ་ལ་ཏེ། མཚུངས་མེད་སྒྲ་བའི་སངས་ལོ་མཛོན་  
ལྟར་ཅིག། འཕགས་མཚོག་ཐུག་ན་བདུའི་ཕྱིན་རྒྱབས་ལས། ཐེག་ཆེན་འཛིན་  
པ་གང་དུ་བྱུང་བ་དེར། རྒྱུད་པའི་མིང་མེད་བཟླ་གིས་བདེ་ལེགས་ཀྱི། སྦྱང་  
བཞེན་པོས་དྲག་པར་བྱལ་བ་ལྟར་ཅིག། ཐེག་མཚོག་འཛིན་ལ་བྱང་རྒྱལ་སྦྱིང་  
པོའི་བར། བདུད་ཀྱི་བར་ཆད་ནམ་ཡང་མི་འབྱུང་ཞིང་། རྫོང་མེད་པ་ཉིད་  
དང་དབྱེར་མེད་པས། ཐེག་ཆེན་འཛིན་ལ་མཐུ་དང་ལྡན་པར་ཤོག། ཐེག་  
ཆེན་འཛིན་སྦྱོང་སྟེལ་བར་འདོད་པ་ནམས། རྩ་གསུམ་དམ་ཅན་སྦྱང་མས་



མདོན་བསྐྱུངས་ནས། ཆོ་རིད་ནད་མེད་ཕྱོགས་ལས་རྣམ་པར་རྒྱལ། ཅི་བསམ་  
གོགས་མེད་ཡིད་བཞིན་འགྲུབ་གྱུར་ཅིག ཐེག་ཆེན་གཤེད་བ་སྦྱན་རས་གཟིགས་  
ཀྱིས་ཐུལ། ཐེག་ཆེན་དམ་ཆོས་འཇམ་པའི་དབལ་གྱིས་སྒྲེལ། ཐེག་ཆེན་  
འདིན་པ་རྩོམ་འདིན་པས་སྦྱངས། ཐེག་ཆེན་བསྟན་པ་ཕྱོགས་བཅུར་རྒྱས་པར་  
ཤོག ཐེག་པ་མཆོག་འདིན་དམ་པ་དེ་དག་རྣམས། རྒྱལ་བས་འདིགས་དང་  
ཡིད་མི་བདེ་བ་དང་། མི་སྟན་གྲགས་དང་འཁོར་གྱིས་ལོག་སྒྲུབ་དང་། འདོད་  
དོན་བར་ཆད་ཀྱན་དང་ཡོངས་བུལ་ནས། མ་འབད་བཞིན་ཡང་ཕྱོགས་བཅུའི་  
ཁིང་ཁམས་སྟ། ལྟུན་གྱིས་གྲུབ་པའི་ཐིན་ལས་མངའ་དབང་གིས། གཏུལ་  
བར་དགའ་བ་རྣམས་ཀྱང་དབང་བྱས་ཏེ། ས་གསུམ་བསྟན་པའི་སྒྲིང་པོས་  
བྱབ་པར་ཤོག །འདི་ཡང་སྐྱུང་གི་ལོ་ལ་མི་ཡམ་རྣམ་པར་རྒྱལ་བས་བྱིས་བདག་ལོ།

༥ ཡོ། ཕྱོགས་དུས་རྒྱལ་བ་སྒྲས་བཅས་དགོངས་སུ་གསོལ། བདག་  
གི་སློན་ལམ་འགྲུབ་པར་བྱིན་གྱིས་རྒྱོབས། བདག་ནི་འདི་ནས་སྤྱི་མེད་བྱང་  
ཆུབ་མཆོག་མ་ཐོབ་པར་གྱི་ཆོར་བས་ཐམས་ཅད་དུ། མ་ཐོ་རིས་ཡོན་ཏན་  
བདུན་མཆོག་རྟེན་ཐོབ་ཅིང་། འདད་སོགས་དབང་པོ་ལྟ་དང་སྒྲིང་རྗེའི་རྒྱལ་ས།  
སྤྱི་མེད་པའི་ཡོན་ཏན་ལྟན་པར་ཤོག ཐེག་པ་མཆོག་ལ་རྩུལ་བཞིན་ཞུགས་  
ནས་ཀྱང་། མ་ཆགས་སྤྱོད་དང་འདིགས་མེད་རང་དབང་ཐོབ། གཞན་ལ་ཕན་  
བ་འབའ་ཞིག་ལྟར་ལེན་ཁིང་། རྒྱལ་སྒྲས་རྒྱུ་མཆོའི་སྤྱོད་ལ་འཇུག་པར་ཤོག །  
གང་ན་སྟུག་བསྟུལ་ཅན་དང་ཉོན་མོངས་པས། མཉམ་བ་མཐོང་ནས་སྒྲིང་

རྗེའི་སེམས་བསྐྱེད་དེ། །འགོ་བ་ཀུན་གྱི་ཉོན་མོངས་སྤྲུག་བསྐྱེད་ཀུན། །རྒྱན་  
གཙོང་སྒོན་ལམ་སྒོ་བས་ལ་འཇུག་པར་ཤོག །སེམས་ཅན་གནས་སྒྲ་བས་བདེ་  
དང་ཡོན་ཏན་ཅན། །མཐོང་ན་ཕྱག་དོག་མེད་པར་དགའ་སེམས་གྱིས། །ཕན་  
དང་བདེ་བའི་ཐབས་རྒྱུ་ལ་སྤྲོ་ཚོགས་པས། །ཉེ་རིང་མེད་པར་འགོ་ཀུན་སྦྱོང་  
གྱུར་ཅིག །བདག་གི་དོན་ལ་ཆགས་པ་ཡོངས་བྲལ་ཞིང་། །སེམས་ཅན་དོན་  
ལ་བདག་ལས་ལྷག་ལྷ་བྱུང་། །རྒྱལ་སྤྲུལ་རྣམས་ཀྱི་སྦྱོང་བ་ཡོངས་རྫོགས་ནས། །  
རྒྱབས་ཆེན་འགོ་བའི་དོན་ལ་བརྩོན་པར་ཤོག །གང་ལ་ཉོན་མོངས་དྲག་ལྷན་  
གཏུག་སྦྱོང་ཅན། །དེ་དག་རྣམས་ལ་ཁྱོད་དང་འདྲར་བའི་སེམས། །ཅུང་ཟད་  
མེད་པར་ལྷག་པར་སྦྱིང་བཅེ་བས། །ཕན་དང་བདེ་བ་མཆོག་ལ་སྦྱོང་གྱུར་ཅིག།  
བདག་ལ་ཕན་པར་བྱེད་དམ་གཞོད་བ་བྱེད། །མཐོང་ཐོས་དྲན་རྟེན་བཟང་  
ངན་འབྲེལ་ཐོགས་ཀུན། །སྤྲེལ་བྱང་རྒྱལ་ལམ་ལས་མི་ལྷོག་པར། །ལྷུང་དུ་  
རྒྱལ་བའི་དབང་པོ་འབྲུབ་པར་ཤོག །གང་ན་སྤྲུག་བསྐྱེད་ལ་ཡོངས་སྦྱོང་  
ཅིང་། །བསྐྱོག་དཀའ་རྣམ་སྒྲིལ་ལྷགས་ཀྱས་ཟིན་པ་དག །རང་གི་སྦྱིབ་པས་  
རྒྱལ་རྣམས་ཐུགས་རྗེའི་ཤུགས། །འཇུག་པར་དཀའ་རྣམས་བདག་གིས་སྦྱོལ་  
བར་ཤོག །བདག་ནི་ཅི་སྒྲིལ་མཆོག་དང་འདྲ་བའི། །མཐོང་ཐོས་ཅམ་གྱིས་  
འགོ་ཀུན་ལུས་སེམས་ཀྱི། །ཀུན་ཏུ་འཛིགས་པ་རྫོངས་པའི་ཉེས་པ་རྣམས། །  
ཡོངས་ཡེ་ཞི་ཞིང་གཏན་དུ་བདེ་བར་ཤོག །བདག་གིས་བལྟས་སམ་སྤྲུལ་དང་  
ཆགས་དང་ཁྲོ། །སྤྲོ་ཚོགས་སྦྱོང་ལམ་གང་དང་ཅི་ཡིས་ཀྱང་། །འབད་པ་མེད་

པར་སེམས་ཅན་དོན་བྱེད་ཅིང་། གཏུལ་དཀའ་ཚམས་ཀྱང་བདེ་སྒྲག་འདུལ་  
 གྱུར་ཅིག སྟིང་ལ་སྒྲོངས་ཆེན་མུན་པས་ཁེབས་པ་ཡི། ཡང་དག་ལམ་སྟོར་  
 བདུད་ཀྱིས་ཟིན་ཚམས་ཀྱི། སྟིང་ལ་ཡེ་ཤེས་འོད་ཟེར་རབ་བཀྱེན་ས། ལྷུང་  
 བ་ཉིད་དུ་བདེ་སྒྲག་གོལ་བར་ཤོག མདོར་ན་འཇམ་པའི་དབྱངས་དང་ཀུན་  
 ཏུ་བཟང་། ལྷུན་རས་གཟིགས་སོགས་རྒྱལ་སྤྱུངས་སེམས་དཔའ་ཡི། སྟོན་པ་  
 རྒྱ་མཚོར་བདག་ནི་དབང་ཐོབ་སྟེ། མཐའ་ཡས་འགྲོ་བའི་དཔལ་དུ་འགྱུར་  
 བར་ཤོག དུས་གསུམ་སྤྱི་བཅས་རྒྱལ་བའི་ཐུགས་རྗེའི་ཐུགས། བདག་  
 ལ་ཞུགས་ནས་ནམ་མཁའི་མཐར་ཐུབ་པའི། འགྲོ་བ་ཀུན་ལ་བྱི་མའི་མུ་མཐའི་  
 བར། ལན་བདེ་སྒྱུབ་ཅིང་ཚམ་གོལ་མཚོག་སྟེན་ཤོག ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་དགོངས་  
 དོན་ཀུན་ཤེས་ཤིང་། སྟིང་རྗེ་ཆེན་པོའི་ཁྱར་ཆེན་ཡོངས་སུ་ཁྱེར། ཡོན་ཏན་  
 ཆེན་པོའི་ལུས་སྟོབས་ཡོངས་རྫོགས་ནས། རྫོགས་པ་ཆེན་པོའི་ས་མཚོག་འོན་  
 བར་ཤོག འདི་ལྟར་ལེགས་པར་སློན་པའི་དོན་འདི་དག མཚོག་གསུམ་  
 བདེན་པ་བསྐྱུ་བ་མེད་པ་དང་། ལྷག་བསམ་རྒྱ་འབྱས་རྟེན་འབྲེལ་རུས་པ་  
 དང་། རང་བྱུང་ཡེ་ཤེས་སྟོབས་ཀྱིས་འགྲུབ་པར་ཤོག ཅིས་པའང་ཉེག་ནས་འོད་གསལ་  
 ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་དོན་ལ་སྒྲོག་ཞོལ་བའི་བྱིར་ཁོ་རང་གིས་གསོལ་བ་བདུབ་པ་བཞིན་ལྷགས་ཕྱི་རྩ་༡༡ཆོས་༡༥  
 ལ་ནད་མལ་ནས་མི་ཐམ་པས་བྱིས་པ་མཛྲ་ཡི། ॥

༥ ཡོངས་རྒྱུད་འཛིགས་པ་ཀུན་ལས་དབུགས་དབྱུང་ཞིང་། འཇམ་དཔལ་  
 ཡེ་ཤེས་སྒྱུ་མཚོག་སྟིང་ལ་ཞུགས། རི་ལྟར་འདོད་པའི་མཚོག་ཚམས་ལྷུང་

ཀུན་མཁྱེན་མི་ཡམ་རྒྱ་མཚོའི་གསུང་འབུམ།

སྒྲུལ་ཞིང་། །འཛིགས་མེད་བདེ་ཆེན་དོ་རྗེའི་གནས་ཐོབ་ཤོག །ལྷགས་ལག་ལོར་  
མེདྲག་དཀར་པོ་འབུམ་མཚོག་སྒྲིན་དོ་རྗེའི་སྒྲགས་རེད་དང་སྒྲགས་ནས། ཞལ་ལ་གཏོར་བ་བགྱིས་པའི་དུས་  
སྒྲུམ་མེདྲག་སྒྲིང་པའི་མཚོམས་སྒྲུང་དོས་སྒྲུལ་འབུལ་ཚོགས། མཚན། འབྱོར་དང་མའི་མཚོན་བ་རེད་དང་། མཉམ་  
མེད་མ། མཚོག་སྒྲིན་དོ་རྗེའི་བསྟོད་བ་ཚར་རེད་དང་། ལེ་རྩམ་འབུམ། འདོད་གསོལ་འདི་ཚར་རེ་བཏོན་ནས་  
བསྒྲུབ་པའི་ཆེད་དུ་མི་ཡམ་པ་ས་ལྷགས་ཁྱི་རྩ་༡༥ཚེས་༡༧ལ་བྲིས། དུས་རྒྱུན་དང་ལྷགས་ལག་ལོར་མཚུལ་  
འབུལ་གྱི་དུས་སྒྲུང་བར་བར་འདོད་གསོལ་འདི་སྒྲུར་བཤོ། །

༡ ། འཇམ་དབལ་མཚོག་སྒྲིན་དོ་རྗེས་རྗེས་སྒྲུ་འཛིན་པར་ཤོག །རྩ་གསུམ་  
དམ་ཅན་དགུས་པའི་འོད་སྒྲུང་མཐོང་བར་ཤོག །འཛིགས་མེད་རང་དབང་  
བདེ་ཆེན་དོ་རྗེའི་སྒྲོབས་ཐོབ་ཤོག །སྤྱོགས་ལས་རྩམ་རྒྱལ་དངོས་གྲུབ་ཐམས་  
ཅད་ཐོབ་པར་ཤོག །འདི་རྗེས་སྒྲུབ་ཆད་བརྒྱད་དུས་བཏབ་པོ་དགེ མཚོང་ཆེན་ཟུར་དུ་ལྷག་ནས་  
བཏབ་པོ། །མདྲ་ལོ། དགེ་ལེགས་ཆེར་འཕེལ།

༡ ། བད་རྩམས་གཏན་དུ་ཞི་ཞིང་བདེ་གྱུར་ཅིག །རྩ་རྩམས་མཚོག་ཏུ་དགུས་  
ཤིང་སྒྲིང་གྱུར་ཅིག །ཆོས་རྩམས་རྟག་ཏུ་འཕེལ་ཞིང་དར་གྱུར་ཅིག །དབལ་  
རྩམས་ལུན་དུ་བཏན་ཅིང་རྒྱས་གྱུར་ཅིག །ལྷགས་གྲུང་རྩ་༡༠ཚེས་༡༠ལ་ཤོ། །མདྲ་ལོ།

༡ ། གསོ་རིག་བསྟན་པ་རྒྱས་པའི་སྒྲོན་ལམ་བཞུགས། བ་མོ་གྲུ་ལྷ བྲ་མ་རྩམས་  
དང་ལི་དམ་དགྲིལ་འཁོར་ལྷ། །སྤྱོགས་དུས་རྒྱལ་བ་སྒྲས་བཅས་ཐུགས་རྗེ་  
དང་། །བདག་གི་རྩལ་བསམ་རྩམ་པར་དག་པའི་མཐུས། །གསོ་བ་རིག་པའི་  
བསྟན་པ་རྒྱས་གྱུར་ཅིག །སྒྲོན་པ་མཉམ་མེད་ཤུག་འཛི་རྒྱལ་པོས་གྱང་། །གཞོན་

ལུ་སེམས་ཅན་སྒྲིབ་དུ་སྒྲུ་འབྲུངས་ནས། ཁད་ནམས་སེལ་བར་བྱུགས་བསྐྱེད་  
 བདེན་པའི་མཐུས། གཞི་བ་རིག་པའི་ལུ་རིང་པ་དང་མར་གྱུར་བྱིན་ཅན་  
 འགྲོ། མི་བཟད་སྒྲིབ་བསྐྱེད་ནད་ཀྱི་འདམ་ཚུད་པ། ཉེ་ལ་ཕན་གདགས་  
 བདེ་གཤེགས་མཆོད་པའི་མཆོག་གཞི་བ་རིག་ཅེན་སྒྲིབ་མཆོག་སྒྲིབ་པའི་  
 ལག་བརྒྱུང་ཆོ། རྒྱུགས་བཅུའི་ཁིང་ནས་སྒྲིབ་བཅས་རྒྱལ་བ་ཡི། གཞི་བ་  
 མདོག་བྱུག་གིས་མེདོག་ཡང་ཡང་འཕྲོད། གཞི་བ་རིག་ཅེན་བྱུགས་པའི་བདུང་  
 ཅིས་རྒྱུད་གདམས་ཤིང་། ཁད་ནམས་རྒྱལ་སེལ་བདུང་ཅིའི་མཆོད་སྒྲིབ་ཀྱིས།  
 རིས་མེད་འགྲོ་ལ་ཕན་པའི་བྱིན་བཅོ་བ། གཞི་བ་རིག་ཅེན་མེད་སྒྲིབ་ཅེ་ཆེན་  
 རོས་རྒྱུད་བསྐྱེད་ནས། རྒྱལ་བའི་སྒྲིབ་ཀྱི་ལམ་མཆོག་པར་བྱིན་དུག ཉམས་  
 ལེན་སྒྲིབ་ལ་ཆོངས་པའི་ཐབས་མཁུལ་ཅན། གཞི་བ་རིག་ཅེན་ཆོ་འདིར་ལྟ་མེད་གཙུག་  
 གིས་མཛོན་པར་འདུད། རྒྱུ་མར་བདེ་ཆེན་རྒྱ་ཀྱི་འཛོགས་ཀྱིས་མཆོད། བདེ་  
 བས་བདེ་བར་འགྲོ་བའི་ལམ་བཟང་པོ། གཞི་བ་རིག་ཅེན་པར་སྒྲིབ་པའི་རྒྱལ་  
 རོ་གཡུ་ཐོགས་པར། རྒྱུགས་བཅུའི་རྒྱལ་བ་སྒྲིབ་དང་བཅས་པ་དང་། འཇམ་  
 དཔལ་དཔལ་པོས་མཛོན་སྒྲིབ་ལུང་བསྐྱེད་བཞིན། གཞི་བ་རིག་ཅེན་མཛོངས་རྒྱུད་  
 འདི་འཆད་ཉན་དར་བ་དང་། འདི་ཡི་ཆོགས་བཅད་གཅིག་ཅུམ་ཐོས་པ་ཡང་།  
 དོན་གཉིས་འབྲུབ་ཅེས་ལུང་བསྐྱེད་བདེན་པའི་མཐུས། གཞི་བ་རིག་ཅེན་མགོན་པོ་  
 མཆོག་དེས་རྒྱུད་འདི་འཛོན་པ་དང་། རྒྱུགས་མའི་འགྲོ་ལ་ལྟག་པར་བདག་  
 ཉིད་ཀྱི། རྒྱུགས་ཅེ་ཆེན་པོས་སྒྲིབ་པར་དམ་བཅས་པས། གཞི་བ་རིག་ཅེན་

ཕྱོགས་བརྩའི་སྤྲུལ་བཅས་ཀྱིས་བས་ཀྱང་། །སེམས་ཅན་པན་འདོགས་དམ་  
པའི་གང་ཟག་ལ། །རྟག་ཏུ་ཕྱགས་རྗེས་གཟིགས་པར་དམ་བཅས་པས། །གསོ་  
བཤེས་དེ་ཆོ་སྤྲོན་སྤྱད་ཅད་སྤྲོན་སྤྱེད་གྲུ་སོགས། །འཛིག་རྟེན་འཛིག་རྟེན་འདས་  
པའི་སྤྱད་མ་ཡིས། །བརྒྱད་འཛིན་སྤྱད་སྤྱོད་ཞལ་བཞེས་བདེན་པའི་མཐུས། །  
གསོ་བཤེས་གསོ་དབྱེད་མདོ་རྒྱས་ཀུན་ལ་མཁས་པ་དང་། །ལག་ལེན་མན་ངག་  
གནད་དུ་ཐེབས་གྱུར་ཅིང་། །སྦྱིང་རྗེ་ཆེན་པོའི་གཞན་དབང་སོང་བཡི། །འཆོ་  
བྱེད་དམ་པས་ས་འདི་ཡོངས་གང་ཤོག །ཀུན་གྱང་སྤྱོད་ལམ་ནི་ཞིང་སེམས་  
གྱང་ནི། །འགོ་བའི་སྤྲུག་བསྐྱེད་ལ་ནི་བའི་ཐབས་བརྩོན་པས། །རང་གཞན་ཀུན་  
གྱང་བྱ་མེད་ནི་བཡི། །གོ་འཕང་མཆོག་ལ་སྤྱུར་དུ་རྟེན་གྱུར་ཅིག །བདུད་ཅི་  
མི་གཡོ་རྒྱལ་བའི་ཕྱགས་རྗེ་དང་། །བདུད་ཅི་དང་འདྲ་བྱམས་པའི་སེམས་ཀྱི་  
མཐུས། །བདུད་ཅི་འོ་སྦྱིང་པོ་གསོ་བ་རྟེན་པའི་གཞུང་། །བདུད་ཅི་འོ་སྦྱིན་ཆེན་  
བཞེན་དུ་རྒྱས་གྱུར་ཅིག །

༥ ། མཚུངས་མེད་སྤྲོན་པའི་རྒྱལ་པོ་གཡུ་ཐོགས་པ། །ཡང་ཡང་དྲན་ཞིང་  
གསོ་བ་རྟེན་པའི་གཞུང་། །ནམ་གཞུག་རྫོགས་པའི་ཆུ་བཞེན་འགྲིབ་མཐོང་  
བས། །མི་བཟོད་སྦྱིང་གི་ཟུག་རྩུ་ཆེས་ཆེར་ལྡང་། །དེ་ཆོ་གང་དྲན་བཅས་བཅོས་  
མེད་པ་ལྟ། །བདེན་ཆོག་སྤྲོན་ལམ་ཁ་ནས་རང་དོལ་བ། །འདི་བཞེན་སྤྲོན་པར་  
བྱེད་པའི་གང་ཟག་ལ། །སྤྲོན་པའི་རྒྱལ་པོའི་བྱིན་རྒྱལ་འཇུག་གྱུར་ཅིག །ཅེས་  
འཆོ་བྱེད་སྤྲོ་སྤྲོས་དེ་མེད་པས་ཆོས་༥༥ལ་འབྲལ་བྱས་དག །རབ་ཆོས་ཤིང་ཁྱི་ཡོང་རྒྱུད་བཞེས་པས་རྫོགས་

ཀྱི་བཤད་བ་དང་ལག་ལེན་ལལ་ཆེ་བའི་མཐོང་བརྒྱད་བཅས་བཅུན་བ་བཅུ་ལྷག་ལྷག་གཅིག་ལ་ཁྲིད་སྐབས་  
མཐུག་ཏུ་མཆོང་བ་དང་འབྲེལ་བར་སྒྲོན་ལམ་འདི་ལྟ་བུ་གདབ་བར་འདོད་ནས་བྱས་སོ། །མདྲ་ལོ། །

༡ མཁའ་སྐྱོད་སྒྲོན་ལམ་བདེ་བའི་ཐེམ་སྐྱེས་རིག་འཛིན་དབང་བའི་གསང་ལམ་ཞེས་བྱ་བ།  
ཨོ་སྤྲེ། ཆོས་རྒྱལ་ས་ཐམས་ཅད་རྒྱུན་གྱིད་བང་ལས་བྱུང་། ཉེ་ཡང་འདུན་  
བའི་རྩ་ལ་གནས་མཐོང་ནས། འདུན་བ་དྲག་བོས་འཕངས་བའི་ཐབས་མཁས་  
ཀྱིས། མཁའ་སྐྱོད་སྒྲུལ་བའི་གོང་ཁྱེར་ཉམས་དགའ་བར། ལུས་འདི་མ་སྤང་  
བཞིན་དུ་བགོད་གྱུར་ནས། ལྷན་རིང་བྱིས་བསྐྱུང་བའི་མར་གྱུར་འགོ། །  
སྤྲེ་བསྐྱེལ་རྒྱ་མཆོར་རང་དབང་མེད་འཕུན་བ། འདི་ཀྱན་སྒྲོལ་བའི་སྒྲིང་  
རྩེའི་གོ་བགོས་ཏེ། མཁའ་འདྲད་མིགས་བ་མེད་བའི་སྒྲིང་ཉིང་ལས། མཁའ་  
བྱབ་འགོ་ལ་རྩེས་སྤྲེ་བརྩེ་བའི་སེམས། མཁའ་མཉམ་སྒྲུ་མར་གར་བའི་རོལ་  
བ་ལས། མཁའ་སྐྱོད་རིག་འཛིན་དབང་ལུས་བཀའ་མཆོར་ལྟལ་ཡེ་ཤེས་ལག་མོ་སོགས།  
མའི་རྣལ་འབྱོར་གང་། སྤང་སྒྲིང་ལྟ་སྒྲུར་གར་བའི་ཉིང་རེ་འཛིན། གསལ་  
བརྟན་ཆོད་དུ་གྱུར་བའི་སྒྲིང་དབུས་སྤྲེ། དྲངས་མའི་རྒྱུད་སྤྲེ་གས་དབྱེར་མེད་  
དོ་རྩེའི་སྤྲེ། མི་ཤིགས་ཡི་གའི་གཟུགས་སྤྲེ་རྣམ་རོལ་བ། རྣམ་གཉིས་དངོས་  
གྲུབ་འཛོལ་མཐུ་ལྷན་དབྱིད། བསྐྱེས་ཤིང་དམིགས་བསལ་ཡང་ཡང་བསྐྱེལ་  
བྱས་བས། གཟི་བྱིན་མཆོངས་བ་མེད་བའི་འོད་ཟེར་གྱིས། མ་དག་སྒྲོད་  
བཅུད་སྤང་བ་ཀྱན་སྐྱུངས་ཤིང་། རབ་འབྱམས་རྩ་གསུམ་རྒྱལ་བའི་རྒྱུད་བསྐྱེལ་  
ཏེ། ཤུགས་རྩེའི་བྱིན་ཆེན་དབབ་བའི་ལྷགས་ཀྱུ་ཡིས། དབང་མེད་མཁའ་  
སྐྱོད་དགའ་བའི་ཆོལ་འདྲན་བའི། བྱིན་རྒྱབས་གསང་བའི་མཛོད་འཛིན་ཆོས་

ཀྱི་རྗེ། འིགས་བདག་སྤྲ་མ་དགེས་པའི་བྱིན་རྒྱལས་རྒྱུ། བདེ་སྟོང་བདུང་  
ཅིས་ཅུ་གནས་ཀུན་གང་སྟེ། འབང་བཞིའི་ཡེ་ཤེས་སྟོང་བའི་བྱེད་ལས་ཀྱིས། །  
བརྒྱད་གསུམ་སྤྲ་མའི་ཐུགས་བརྩུད་སྟིང་ལ་བཀུག། འཁོར་འདས་སྣང་ཞིང་  
སྟིང་པའི་ཆོས་སོ་ཅོག། མེད་སྣང་སྣུ་མ་སེམས་ཀྱི་རང་བཞིན་དུ། མཐོང་ནས་  
ཐབས་མཁམས་ལུགས་ཀུན་ཀྱོན་ཡིད། འོད་གསལ་ཞིབའི་ཐིག་ལེར་འདྲན་  
བར་ཤོག། འྟིག་པའི་བྱ་བ་དབྱིངས་སུ་ཐིམ་པའི་ཆོ། འདུལ་དམར་གནག་  
པའི་སྣང་གསུམ་ལུགས་འབྱུང་གི། ཐམ་མར་སྟོན་མེད་མཁའ་འདྲའི་འོད་གསལ་  
དབྱིངས། ཟབ་མའི་དོན་ལ་མཉམ་བར་འཛིག་བར་ཤོག། འེ་ལས་ཤིན་ཏུ་  
སྤྲ་བའི་རྒྱུང་སེམས་ལས། འཇའ་ཚོན་སྣུ་མ་རྩེ་རྩེ་ལྟ་ལྟ་བུར། སྣང་སྟོང་  
ལྟ་སྣང་ཤར་བའི་ཏིང་འཛིན་གྱིས། སྟོང་བརྩུད་དག་པ་ཆེན་པོར་ཅུལ་སྦྱངས་  
ཤིང་། བདེན་གཉིས་དབྱེར་མེད་འྟིགས་པའི་ལྟ་གདིང་ལ། སྟོང་བའི་མཉམ་  
གཞག་གཉུག་མའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱིས། འོད་གསལ་འདུས་མ་བྱས་པའི་ཆོས་ཉིད་  
གང་། སྟོས་བྲལ་འཕགས་པའི་བདེན་པ་མཐོང་བར་ཤོག། འེ་ལྟར་རིམ་གཉིས་  
ཟབ་མའི་རྣལ་འབྱོར་གྱིས། བསྐྱལ་བས་གཞིར་གནས་གཉུག་མའི་གཏུམ་  
མོ་ཡིས། མ་དག་ཅུ་རྒྱུད་ཐིག་ལའི་འཕོ་བ་ཀུན། སྦྱངས་པའི་འོད་གསལ་  
རྒྱ་ཏིའི་ཡེ་ཤེས་ལས། བཞིན་ལེགས་མཚན་དཔེར་ཤར་བའི་གཟུགས་མཚོག་  
གང་། འབྲལ་མེད་ཅེ་དགས་སྟོང་བའི་གོགས་མཚོག་ནི། མཁའ་ལ་སྐར་  
མའི་ཚོགས་དབུས་སྤྱོད་པ་བཞིན། མཁའ་སྟོང་དཔའ་བོ་རྒྱ་གིའི་འཁོར་མང་



དབུས། །བསྐྱེད་མ་པར་འཇུག་པའི་ཟུར་མིག་གིས། །སྤྱིད་ཞིའི་དྲངས་བཅུད་  
གཡོ་ཞིང་འགྲགས་མཛད་མ། །སངས་རྒྱས་བསྐྱེད་ལྷུ་མ་གཅིག་དགེས་པའི་  
ཞལ། །བཞད་པའི་རྣམ་འགྱུར་བདག་ལ་ཕྱོགས་བཞིན་དུ། །སྤྱིད་ཞིག་ཡང་  
ས་ཀྱན་ནས་འགོག་བྱེད་པ། །རབ་དམར་བྱེ་བུའི་ལྷག་ཕྱན་ལྟ་བུའི་ཕྱག་བརྒྱ་  
སྟེ་བདག་གི་ལག་པར་དམ་བཅུད་ནས། །མཁའ་ལ་ངང་མོ་རོལ་བའི་འགྱིང་  
འགོས་གྱིས། །གྲུབ་བརྟེན་རིག་འཛིན་དཔའ་བོ་བྱེ་བ་འབུམ། །བདེ་སྤྱོད་བདུད་  
ཅིས་ཕྱོས་པའི་ལྷ་སྟངས་གི། །དགེས་པའི་བྲོ་གར་འབུམ་གྱིས་མཛོན་མཛེས་པ། །  
མཁའ་སྐྱོད་དགའ་བའི་ཚལ་དུ་འཁྱིད་པར་ཤོག། །དེར་ནི་ལྷ་མིག་དག་པས་  
ཕྱོགས་བཅུའི་ཞིང་། །ལག་མཐིལ་བཞིན་དུ་གསལ་བར་མཐོང་བྱས་ནས། །  
བསྟན་པའི་སྒྲུང་བ་ཕྱོགས་བརྒྱར་སྟེལ་བ་དང་། །འགྲོ་བའི་སྒྲུག་བསྟེལ་ཀྱན་  
ནས་ཞི་སྤྱད་དུ། །གྲུབ་མཆོག་འདོད་རྒྱུར་འཛོལ་བའི་སྒྲུ་འབྲུལ་གྱིས། །ལུས་  
བཟང་དཔག་བསམ་ནོར་བུའི་ཚུལ་བཞིན་དུ། །སྤྱིད་པ་འདི་ན་མཛོན་སུམ་ཉིད་  
དུ་ཡང་། །མྱ་བྱུང་ཕན་པའི་བྱ་བ་བགྱིད་གྱུར་ཅིག། །འགྲོ་ལ་གཟུངས་སྟོབས་  
སྟོ་ཡི་མཐུ་བསྟེད་དེ། །བསྟན་དང་བསྟན་པའི་སྤྱིང་པོ་འཕེལ་བྱེད་ཅིང་། །ཉིན་  
རེ་བཞིན་ཡང་སྟེ་རྒྱ་བྱེ་བ་བརྒྱ། །མཁའ་སྐྱོད་དག་པའི་ཞིང་དུ་འདྲེན་པར་ཤོག།  
དེར་ཡང་སྟོ་དང་རྩ་འབྲུལ་ལྷག་བསམ་སྟོབས། །ཡར་ངོའི་རྒྱ་བ་བཞིན་དུ་  
འཕེལ་འགྱུར་ནས། །ནམ་མཁའ་ཇི་སྤྱིད་འགྲོ་བའི་ཕན་བདེའི་དོན། །རྒྱ་ཆེ་  
རྒྱན་མི་ཆད་པར་རྒྱུབ་བྱེད་ཅིང་། །མཁའ་བྱུང་གསལ་བཅས་རྒྱལ་བའི་ཞིང་དང་

སྒྲུབ་ཡེ་ཤེས་མཛད་པའི་རྣམ་འབྲུལ་རི་སྟེང་པ། །དེ་ཀུན་བདག་ཉིད་གཅིག་  
ལུས་རྫོགས་བྱེད་པའི། །རྣམ་ཐར་བསམ་མི་བྱལ་ལ་གནས་པར་ཤོག །ལུས་  
དང་ལོངས་སྟོང་དུས་གསུམ་དགེ་བ་བཅས། །ཀུན་བཟང་མཚོད་པའི་སྒྲིན་དུ་  
ལེགས་དམིགས་ནས། །མཁའ་བྱལ་འགོ་བའི་དོན་ཕྱིར་སྒྲོན་ལམ་འདི། །འབྲུལ་  
པའི་སྟེང་དུ་སྤྲས་བཅས་རྒྱལ་ལ་འབུལ། །འཕགས་མཚོག་ཀུན་དུ་བཟང་དང་  
འཇམ་དཔལ་སོགས། །རྒྱལ་སྤྲས་སེམས་དཔའ་རྣམས་དང་རྒྱལ་རྣམས་དང་།  
རྒྱལ་ཀུན་རོ་བོ་བདུད་མཐུ་ཕྱིན་གྱིས། །རི་ལྟར་སྒྲོན་པའི་དོན་འདི་འབྲུལ་གྱི་  
ཅིག །ཅེས་པ་འདི་འདུམ་བཀའ་བདེ་ཆེན་རྒྱལ་མོའི་ལྷ་སྤྲུགས་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར་ལ་ཅེ་གཅིག་དུ་གཞིལ་ཞིང་  
ལྷག་བསམ་དང་སྒོ་གྲས་བཟང་པོའི་སྟོབས་གྱིས་མཁའ་སྟོང་གྲུབ་པའི་རིག་འཛིན་དོན་དུ་གཉེར་བརྗེ་ནི་  
མིང་གིས་ཡང་ནས་ཡང་དུ་འདི་ལྷ་བྱུང་གོས་ཞེས་བསྒྲུལ་པའི་རྒྱུན་བྱས་ནས་རྟིང་བཅུན་ཡོངས་ཀྱི་གྲལ་མཐའ་  
བ་རིག་འཛིན་བདུ་ལ་མོས་བ་མ་དོར་ཅོམ་གྱིས་གནས་བ་བདུ་ཉ་ས་བརྗེ་ཞེས་འབོད་བས་རབ་ཆོས་ས་ཡོས་  
སྒྲ་ཀེས་༡༠གྱི་གྲུང་བུན་ལ་རྫོང་གསར་བཀྲ་གིས་ལྷ་ཅེར་གང་ཤར་ལྷག་པར་བྱིས་བ་མཛྲ་ལོ། །

༥ ལྷ་སྤྲུག་ མཚོག་གསུམ་ཅུ་གསུམ་བདུད་ཕྱིན་རྒྱབས་གྱིས། །བདག་  
ནི་ཆེ་རིང་བསམ་དོན་ལྷན་གྲུབ་སྟེ། །རིག་སྤྲུགས་གྲུབ་ཅིང་བསྟན་འགྲོའི་དོན་  
ཆེན་འབྲུལ། །ཡིད་ལ་རེ་བ་མཚོག་དུ་རྫོགས་གྲུར་ཅིག །དུས་མིན་འཆི་དང་  
མི་བཟང་པ་ཡིནད། །ལྷ་དན་དྲག་པོ་ལ་སོགས་སྤྲུག་བསྟན་པ་དང་། །རྒྱུད་བས་  
མནར་བ་ཐམས་ཅད་རྒྱན་ཆད་དེ། །མཚོག་དུ་སྒྲལ་བཟང་དཔལ་ལ་སྟོང་གྲུར་  
ཅིག །ཆེ་མཚོག་མཐར་ཕྱིན་འགྱོད་མེད་འཆི་བ་ལས། །མཐོང་ཆོས་ཆེ་འདིར་  
རྟོགས་པའི་གདིང་ཆད་དང་། །ཟབ་མེའི་དངོས་གྲུབ་དགའ་སྟོན་མ་ཕྱོད་བར། །

འགྲོད་བཅས་འཆི་བ་ནམ་ཡང་མེད་པར་ཤོག །ཡིད་ལ་ཇི་ལྟར་བསམ་པའི་  
 དོན་རྣམས་དང་། །འདོད་པའི་དངོས་གྲུབ་བསོད་ནམས་ཡེ་ཤེས་སོགས། །  
 ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་གོང་ནས་གོང་འཕེལ་ཞིང་། །འབད་མེད་ལེགས་ཆོགས་  
 མཁའ་མཉམ་རྒྱས་གྱུར་ཅིག །རིགས་གསུམ་ཀུན་འདུས་བདུ་མ་རྩེ་ལོ། །  
 བསྟན་དང་ཕྱིན་ལས་ཕྱོགས་གྱི་འཁོར་ལོ་སྟེལ། །བདུད་དང་ཕས་གྱི་སྐོལ་བའི་  
 ཕྱོགས་ཀུན་ལས། །མཆོག་རྒྱ་རྒྱུ་པར་རྒྱལ་བའི་དཔལ་ཐོབ་ཤོག །སྟེ་བ་  
 ཀུན་རྒྱ་ལུས་སེམས་རྩི་རྩེ་ལོ་སྟེལ། །ཐོབ་ནས་གང་ལའང་འཇིགས་མེད་རྣམ་  
 པར་རྒྱལ། །མི་ཤིགས་ནམ་མཁའི་རྩི་རྩེ་ཡེ་ཤེས་གྱི། །རྒྱལ་མཆོན་མཆོག་ཐོབ་  
 རྒྱལ་བསྟན་སྟེལ་གྱུར་ཅིག །བྱང་ཆུབ་བར་དུ་རང་དབང་མཆོག་ཐོབ་སྟེ། །  
 ཉོན་མོངས་སྤྱད་བསྟེལ་རྒྱུད་པས་མི་ཚུགས་ཤིང་། །དད་དང་སྦྱིང་རྩེ་ཤེས་རབ་  
 ཡེ་ཤེས་གྱི། །སྟོབས་མཆོག་མཆོངས་པ་མེད་པ་རྟེན་གྱུར་ཅིག །གང་དུ་སྟེས་  
 གྲང་མཐོ་རིས་ཡོན་ཏན་བདུན། །མཆོག་རྒྱ་འཕགས་པའི་ལུས་རྟེན་བཟང་པོ་  
 ཐོབ། །ཆགས་སྤང་སྟེམས་སོགས་དྲི་མ་ཡོངས་སྤངས་ཏེ། །ལས་རྒྱུད་སེམས་  
 གྱི་དགོཆོས་སྤྱོད་གྱུར་ཅིག །རིགས་གསུམ་བདུ་མའི་ཕྱོགས་གྱི་འོད་ཟེར་མཆོག།  
 རྟག་རྒྱ་སྦྱིང་ལ་འབྲལ་མེད་ཡོངས་ཤར་ཏེ། །འཇམ་དཔལ་ཀུན་རྒྱ་བཟང་པོའི་  
 རྣམ་ཐར་ལ། །སྤྱིར་མི་སྟོག་པར་དེད་ནས་འཇུག་གྱུར་ཅིག །མཁའ་ཁྲབ་འགྲོ་  
 ལ་ཕན་བདེའི་དཔལ་སྦྱིན་ཅིང་། །མཁའ་མཉམ་བཀྲ་ཤིས་དཔལ་གྱི་སྤྲུང་བ་  
 འབར། །མཁའ་འདྲ་གཡོ་མེད་ཡེ་ཤེས་སྟོབས་ཐོབ་ནས། །མཁའ་ཡི་མུ་དང་

མཉམ་པར་གནས་གྱུར་ཅིག །མེད་ལྷན་མཚོས་༡༠དགེ་བར་བྱིས།

༡ བདག་ནི་འདི་ནས་སྤྱི་མེད་བྱང་ཆུབ་མཚོག །མ་ཐོབ་པར་གྱི་ཆོ་རབས་  
ཐམས་ཅད་དུ། །མཚོག་ཏུ་མཛེས་པ་དོ་རྩེ་ལྟ་བུའི་ལུས། །འཛིགས་མེད་ནམ་  
མཁའ་ལྟ་བུའི་སེམས་ལྟ་ཞིང་། །རྟག་ཏུ་ཡིད་བདེ་དགོན་མཚོག་གསུམ་ལ་  
དད། །འགོ་ལ་སྙིང་རྩེ་ཆེན་པོའི་སྒོ་དང་ནི། །ལུས་དང་ལོངས་སྤྱོད་དག་ལ་མི་  
ཆགས་པར། །ཐེག་པ་མཚོག་ལ་བརྩོན་པས་འཇུག་པར་ཤོག །ཆོ་རིང་ནད་  
མེད་དཔལ་འཕྱོར་འདོད་དགྲ་རྒྱས། །ཡིད་ལ་བསམ་པ་གཤམ་མེད་ཡིད་བཞིན་  
གྱུབ། །བདུད་དང་ལས་རྒྱལ་སྤྱོད་ལས་རྣམ་རྒྱལ་ཞིང་། །རང་སེམས་དབང་  
གྱུར་ཤིན་ཏུ་ལས་རྩེ་ཤོག །རྒྱད་དང་སྐལ་བཅ་བཀྲ་མི་ཤིས་པའི་སྒྲོན། །མིང་  
ཅམ་མེད་ཅིང་སྐལ་བཟང་བཀྲ་ཤིས་འཕེལ། །སྟོས་བཅས་ཀུན་གྱང་ཡིད་མཐུན་  
དགེ་ཤིས་ལྟ། །མི་མཐུན་སྤྱུག་བསྐྱལ་རྩེ་བྱང་མེད་པར་ཤོག །རི་ལྟར་བདེ་  
ཡང་སྦྱུ་མ་ལྟར་ཤིས་ཤིང་། །སྤྱུག་བསྐྱལ་ཅན་གྱི་འགོ་ལ་སྙིང་རྩེ་སྒྱེད། །འཁོར་  
བའི་ཐུན་ཚོགས་ཚོས་གྱི་གོགས་ཤར་ཏེ། །ལམ་གྱི་གཤམ་སྤྱོད་བྱང་མི་འགྱུར་  
ཤོག །སྤྱི་མ་ལྟག་པའི་ལྟ་ཡིས་རྩེས་སྤྱོད་བྱང་། །ཐེག་པ་མཚོག་གི་ལམ་དུ་འབད་  
མེད་ཐོབ། །དངོས་གྲུབ་རྣམ་གཉིས་ཡིད་བཞིན་གྲུབ་གྱུར་ནས། །བསྟན་འགྲོའི་  
དོན་ཆེན་དང་གིས་འགྲུབ་གྱུར་ཅིག །མཐར་ཐུག་འཇམ་དཔལ་དབྱངས་དང་  
ཀུན་བཟང་གི །དགོངས་སྤྱོད་ཟབ་མོའི་འདྲ་དེ་འདྲ་བས། །ནམ་མཁའ་འཛིན་མེད་  
རྒྱལ་བའི་ཚོས་འཛིན་ཅིང་། །ལུ་མེད་འགོ་བའི་དོན་ཆེན་རྒྱུབ་པར་ཤོག །མེ་ཅ

ཟླ་མ་དང་འཇམ་པའི་དབྱངས་ལ་ཕྱག་འཆའ་ལོ།

། ཟླ་མ་དང་འཇམ་པའི་དབྱངས་ལ་ཕྱག་འཆའ་ལོ། །ཅུ་གསུམ་དགེས་  
པའི་བྱིན་རྒྱལ་སྒྲིང་ལ་ཁྱུགས། །སྒོ་ཅེ་མཆོག་སྒྲིན་དམ་ཆོག་རྣམ་པར་དག།  
ཐབས་ཤེས་བདེ་སྒྲོང་དོ་རྗེའི་དགོངས་སྒྲོང་ལྟ། །འཛིན་འདུ་བའི་གྲུ་  
དུངས་གནས་སོག། །དྲི་པོ་ས་འའི་སྒྲོང་ཆའ་དང་། །མ་ཉི་ས་འའི་བུང་བ་གང་། །ལྟན་ཅིག་འག་  
འཛིན་གྲུ་ཆོགས་པའི། །རྗེ་འབྲེལ་ཆོགས་ཀྱི་སྒྲིན་ལམ་དག།

། སྒྲུ་ཁིང་སྒྲུ་བར་སྒྲུ་མ་ལྟ་དང་སྒྲུགས། །དོ་རྗེ་ཐེག་པའི་དགོངས་དོན་ལ་  
གྲུས་ཤིང་། །སྒོ་བཅོན་མཆོག་ལྟན་ཡོན་ཏན་ཀྱན་ཆང་བས། །དངོས་གྲུབ་རྣམ་  
གཉིས་བདེ་སྒྲུག་གྲུབ་གྲུར་ཅིག། །སྒྲུགས་སྒྲིའི་སྒྲིན་ལམ་དགེའོ། །སྒྲུགས་དུས་འགོ་  
ཁམས་རྒྱ་མཆོད་མིང་པ། །དེ་སྒྲོང་རྒྱལ་ཀྱན་དོ་བོ་བདུ་ཡི། །ཐིན་ལས་བྱེད་  
པོར་བདག་ཉིད་གྲུར་ནས་ཀྱང་། །སྒྲུས་བཅས་རྒྱལ་བའི་སྒྲོང་ལ་འཇུག་པར་  
སོག། །ཅེས་སོ། །སྒྲུགས་བརྒྱས་པའི་འཇུག་ཏུ་ལྟ་རྒྱུ་མོས་བདག་གི་རྒྱུད་ཏུ་འདུ་འབྲལ་  
མེད་པར་བྱིན་གྱིས་བརྒྱལ་ས་ནས་སྒྲུགས་ཐམས་ཅད་གྲུབ་པ་དང་། །མཆོག་དང་  
ཐུན་མོང་གི་དངོས་གྲུབ་མ་ལུས་པ་སྒྲུལ་ཁིང་བྱང་རྒྱུ་མཆོག་གི་ལམ་ལས་ཐིར་  
མི་ལྟོག་པར་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་དུ་ལྟ་རྒྱུ་མོའི་གོ་འཕང་ལྷུང་དུ་འབྲུབ་  
པར་མཛད་དུ་གསོལ། །ཅེས་སོ། །

། ལས་རབ་འབྲམས་སོ་སོའི་སྒྲིན་ལམ་ནི། །འཛིགས་པ་བརྒྱད་སོགས་བྱིན་དེར་  
འཆོད་ཆོགས། །ལས་ཉོན་སྒྲིབ་བསྐྱེད་སྒྲུབ་སེམས་ངན་པའི་ཆ། །བདུད་བཞིའི་

འགྱུར་བ་སྒྲིད་བྱེད་འགོ་བའི་རྒྱན། །མིང་མེད་ཞི་བའི་ཕྱིན་ལས་མཐར་ཕྱིན་  
ཤོག། འབྱོར་བ་དྲུག་ལྟན་ཞོར་ཐུའི་གཏེར་ལ་སྦྱོད། །སྤྱིད་དང་ཞི་བའི་ལེགས་  
ཆོག་སྤོང་དུ་འཕེལ། །དོན་གཉིས་ཐུན་ཆོག་སྤེལ་ཤེས་འབྱོར་བའི་དབལ། །  
ལྟན་གྲུབ་རྒྱས་པའི་ཕྱིན་ལས་མཐར་ཕྱིན་ཤོག། འགོ་ཁམས་རྒྱ་མཆོ་མོས་བ་  
རྣམ་བཞིས་སྟུང། །འཁོར་འདས་ལམ་གྱི་དྲངས་བརྟུང་ཐོག་སེལ་མེད་འགྲུག་ས། །  
མཆོག་ཐུན་དངོས་གྲུབ་ཡིད་བཞིན་འགྲུབ་པ་ཡི། །རབ་འབྱམས་དབང་གི་ཕྱིན་  
ལས་མཐར་ཕྱིན་ཤོག། བྱི་རུ་འཆེ་ཞིང་གཞོན་པའི་དགྲ་དང་བགེགས། །ནང་  
དུ་འདི་ཕྱིའི་ལེགས་ལམ་འཕོག་པའི་གེགས། །གསང་བ་ལམ་མཆོག་བར་དུ་  
གཙོན་པའི་བདུད། །ཆར་གཙོན་དྲག་པའི་ཕྱིན་ལས་མཐར་ཕྱིན་ཤོག། འཕོ་  
ཞིང་འགྱུར་བའི་སྤྱིད་ལས་རྣམ་གྲོལ་བ། །ཡོན་ཏན་ཀུན་བདག་མཆུངས་མེད་  
ཆོས་གྱི་རྩེ། །ཏྲག་ཁྱབ་ཕན་བདེ་ལྟན་གྲུབ་ཤེས་སྒྲུབ། །བྱང་ཆུབ་མཆོག་  
གི་ཕྱིན་ལས་མཐར་ཕྱིན་ཤོག། །

༥ ལས་བཞིའི་སྒྲོན་ལམ་ནི། མི་མཐུན་བར་ཆད་གེགས་ཀུན་ཡོངས་སུ་  
ཞི། །འདོད་དགུ་ཐུན་ཆོག་སྤེལ་འབྱོར་འཕེལ་ཞིང་རྒྱས། །གང་བསམ་  
ཡིད་བཞིན་ལྟན་གྲུབ་དབང་གིས་ཐུག། །དགྲ་བགེགས་ཆར་གཙོན་སྒྲིགས་ལས་  
རྣམ་རྒྱལ་ཤོག། །ལྷག་སྤེལ་རྒྱ་མཆོས་ལོ།

༦ དཔལ་དང་གྲགས་དང་དབང་ཐུག་དང་། སྐལ་བཟང་འབྱོར་བ་ཐུན་  
སུམ་ཆོག་ས། །དངོས་གྲུབ་མ་ལུས་ཀུན་ཐོབ་ཅིང་། །དགེ་ལེགས་བཟླ་ཤིས་

འཕེལ་བར་མཛོད། །ཡངན་ཤོག་ཅེས་བཛོད། འདོད་གསོལ་གཏོར་འབྲམ་མཚུལ་སོགས་ལ་  
ཟུར་བརྟེན་སོ།

༥ ལྷོ་གོས་ཉི་མ་སྒྲིབ་པའི་སྒྲིན་ལས་གོལ། །བཙེ་བའི་རྩ་རྒྱས་ས་གསུམ་  
ཀྱན་དགར་བྱེད། །མཐུ་སྟོབས་དོ་རྩེས་བདུད་དཔུང་མཐར་བྱེད་ཅིང་། །འཛིག་  
རྟེན་གསུམ་ན་ཡན་བདེ་བྱེད་པར་ཤོག །མཚེན་བཙེ་རྩས་པའི་སྒྲིན་ལས་སོ།

༥ བདག་ནི་སྒྲེ་བ་ཆེ་རབས་ཐམས་ཅད་དུ། །ཁྱམ་རྟོག་ངན་པའི་དབང་  
དུ་མི་འགོ་ཁིང་། །སེམས་ལ་དབང་ཐོབ་རྒྱལ་པའི་བྱིན་རྒྱལས་ཞུགས། །འཛིག་ས་  
མེད་བདེ་ཆེན་དོ་རྩེ་ཐོབ་པར་ཤོག །སྒྲིང་སྟོབས་དོ་རྩེ་ལྷ་བྱར་ཟུར་པའི་སྒྲིན་ལས་སོ།

༥ བདག་ནི་སྒྲེ་བ་ཆེ་རབས་ཐམས་ཅད་དུ། །མཚུངས་མེད་ལྷ་ན་སྟུག་པའི་  
ལུས་མཆོག་ནི། །ནད་མེད་སྟོབས་ལྷན་དོ་རྩེ་ལྷ་བྱ་ཐོབ། །རྒྱལ་ཀྱན་སྒྲུ་ཡི་བྱིན་  
རྒྱལས་འཇུག་པར་ཤོག །ལུས་ལྷ་ན་སྟུག་པའི་སྒྲིན་ལས་སོ།

༥ བདག་ནི་སྒྲེ་བ་ཆེ་རབས་ཐམས་ཅད་དུ། །དབྱངས་སྟན་སྟན་ངག་བཛོད་  
པ་ལུལ་བྱུང་ཁིང་། །དབྱངས་ཅན་ངག་གི་རྒྱལ་མོ་མགོན་པར་ཞུགས། །དམ་  
ཆོས་རྒྱ་མཆོའི་སྒྲ་དབྱངས་སྒྲོག་པར་ཤོག །ངག་དབྱངས་སྟན་པའི་སྒྲིན་ལས་སོ།

༥ བདག་ནི་སྒྲེ་བ་ཆེ་རབས་ཐམས་ཅད་དུ། །མིང་ཁིའི་ཡོན་ཏན་ལུན་སུམ་  
ཆོག་ས་པ་ཐོབ། །སྒྲིན་མེད་སེམས་ཀྱི་གཞན་པན་དོན་གཉེར་ཁིང་། །རྒྱལ་པའི་  
ཆོས་མཛོད་རྒྱ་མཆོའི་འཛིན་པར་ཤོག །ཡིད་ལྷག་པའི་བསམ་བློ་ལྷན་པར་སྒྲིན་པོ།

༥ དགེ་བ་འདི་ཡིས་མཁའ་ཁྲབ་འགོ་ཀྱན་གྱི། །ལུས་དང་སེམས་ཀྱི་ཟུག་

རྒྱ་ཀུན་བསལ་ནས། །རྟག་གསུམ་རྒྱ་འབྲས་ནད་སེལ་བླ་ན་མེད། །སྤྱོད་པའི་  
རྒྱལ་པོའི་གོ་འཕང་ཐོབ་པར་ཤོག། །སྤྱོད་པའི་རྟག་གི་སྤྱོད་ལམ་རང་གི་གསུང་ཉིང་ལ་  
འཁྱུང་ཆོར་པ་ཆོས་ལུགས་ལོས་རྒྱ་འཛོལ་པོ། རྟོགས་ ༡༧ པའོ།

༥ ། སྤྱོད་པའི་བདག་པོ་དམིགས་སུ་ལ་འདི་དག་ཆོར་བས་ཐམས་ཅད་དུ། །རྟོག་  
བཟང་མཚོག་ཐོབ་བདེ་སྤྱིད་སྤུན་ཚོགས་ལུན། །ཐེག་ཆེན་ལམ་ཁྱུགས་རྒྱལ་སྤྱོད་  
སྤྱོད་པ་རྫོགས། །བླ་མེད་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཐོབ་པར་ཤོག།

༦ ། རྒྱབས་གནས་དགོན་མཚོག་གསུམ་གྱི་བྱིན་རྒྱབས་གྱིས། །ནད་གདོན་  
བར་ཆད་འཛིགས་པ་ཀུན་ཞི་ནས། །བཀྲ་ཤིས་བདེ་ལེགས་སྤུན་སྤུམ་ཚོགས་  
པ་དང་། །འཛིགས་མེད་བདེ་ཆེན་རྩི་རྩེ་ཐོབ་པར་ཤོག། །ཤིང་རྒྱལ་རྒྱ་འཛོལ་པོ་ཐོས་  
སྟེ།

༧ ། ཆོ་མེད་གང་བསམ་འདོད་དོན་མཐར་ཕྱིན་ཅིང་། །འགལ་སྤྱོད་གང་གིས་  
མི་ཚུགས་གོགས་སུ་ཤར། །དོན་དང་བསོད་ནམས་འབད་མེད་ལྟོན་གྱིས་གྲུབ། །  
འཇམ་དཔལ་འོད་ཟེར་སྤྱིང་ལ་ཁྱུགས་གྲུར་ཅིག། །ཤིང་རྒྱལ་རྒྱ་འཛོལ་པོ་ཐོས་སོ།

༨ ། ཅོག་བཞག་བཞི་ལྟན་ཐེགས་ཆོད་དགོངས་པ་དང་། །མདོན་སུམ་འོད་  
གསལ་ཐོད་རྒྱལ་ཉམས་ལེན་གཉིས། །བྱང་འཇུག་རྩི་རྩེ་སྤྱིང་པའི་ལམ་མཚོག་  
གིས། །ཆོ་འདིར་གདོད་མའི་གཏན་སྤྱིད་ཐོབ་པར་ཤོག། །རྒྱ་ཀུན་ཆོས་ཀྱི་ལུང་སོ།  
མཛྲ་ལོ།

༩ ། བདེ་གཤེགས་སྤྱོད་བཅས་ཀུན་གྱི་ཐུགས་བསྐྱེད་དང་། །མཛད་པ་སྤྱོད་



ནལམ་མཁའ་བཙུན་པའི་ཚུལ། །སྤྱི་མེད་ཡེ་ཤེས་སྒྲུ་འབྲུལ་རི་འདྲ་བ། །  
དེ་འདྲ་ཁོ་ནར་བདག་སོགས་འབྲུར་བར་ཤོག། །སྒྲིབ་ལམ་རྒྱ་མཚོའི་འདུས་སྒྲིབ་ལམ་པ་  
དོན་ཆེ་བས་ཀྱང་གྱི་ཐུགས་དམ་མཛད་པར་བྱ། རང་འདོད་པའི་ལྟ་ལ། འཇམ་དཔལ་གཞོན་ཅུ་  
ཁྱེད་གྱི་ཐུགས་བསྐྱེད་དང་སོགས་ཁ་བསྐྱེད་བས་ཆོག་གོ། །

༥ ཅུ་བརྒྱད་སྤྱི་མེད་ཕྱིན་རྒྱལ་སྤྱི་ལ་ཞུགས། །ཡི་དམ་ལྟ་ཡིས་རྩེས་  
བཟུང་དངོས་གྲུབ་ཐོབ། །མཁའ་འགྲོ་དམ་ཅན་ལུས་དང་གྲིབ་བཞིན་འགྲོགས། །  
གང་བསམ་ལྟར་གྱིས་གྲུབ་པའི་བཀྲ་ཤིས་ཤོག། ཅེས་དང་། ཅུ་གསུམ་རྒྱལ་བའི་  
དགེས་ཞལ་རབ་དམ་ཞིང་། ཐེག་མཆོག་ལུང་རྟོགས་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཆོན་ནི། །  
ཐུགས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་ཀྱང་ནས་ཡོངས་བྱུང་པར། །མི་རུས་ལེགས་པར་འཇུགས་  
པའི་བཀྲ་ཤིས་ཤོག། ཅེས་བཤད་མི་ཡམ་བས་སོ། །

༦ འགྲོ་དོན་བསྐྱེད་པ་མཐར་རྒྱས་བཀྲ་ཤིས་ཤོག། དགོས་འདོད་ལྟར་  
གྱིས་གྲུབ་པའི་བཀྲ་ཤིས་ཤོག། ཆེ་རིན་ཅན་མེད་བདེ་སྦྱིད་བཀྲ་ཤིས་ཤོག། །  
ཆོས་སྤྱི་ལུན་སྤུམ་ཆོགས་པའི་བཀྲ་ཤིས་ཤོག། ཅེས་བཤད་མི་ཡམ་བས་སོ། །

༧ དུས་ཀྱི་རྒྱུད་པ་ཞིབ་པའི་བདེན་ཆོག་སྒྲིབ་ལམ་བཞུགས་སོ། །ཇོ་ལུ་རྩྱུ་རྩེ་རྩེ་ དགོན་མཆོག་  
ཅུ་གསུམ་རྒྱ་མཚོའི་ཕྱིན་རྒྱལ་དང་། །ལྟ་དང་བྱང་སྤྱོད་དཀར་ཐུགས་སྤྱོད་པའི་  
མཐུས། །རྒྱལ་ཁམས་ཀྱང་ཏུ་བྱང་ཐུག་འཐབ་རྩྱེད་སོགས། །མི་མཐུན་དུས་  
ཀྱི་རྒྱུད་པ་ཀྱང་ཞིན་ས། །ཆེ་རིན་ཅན་མེད་བདེ་སྦྱིད་དཔལ་འབྱོར་རྒྱས། །དགོ་  
པའི་སེམས་ལྟར་ཆོས་ཀྱི་བྱ་བ་འཁེལ། །མཐའ་ཡས་འགྲོ་ཀྱང་བྱང་རྒྱལ་ལམ་

ལ་འཇུག། འཇིགས་མེད་བདེ་བ་ཆེན་པོའི་གནས་ཐོབ་ཤོག། ཆོས་ཉིད་གདོད་  
ནས་ནམ་པར་དག་པ་ལ། སྤྱུག་བསྐྱེལ་རྒྱུད་བ་ཡེ་ནས་མི་མངའ་བའི། བདེན་  
དོན་གཟིགས་པ་རྒྱལ་བ་སྤྲུལ་བཅས་ཀྱི། སྦྱོན་ལམ་མཐུ་བཅའ་སྤྱུགས་རྗེའི་  
སྟོབས་ཆེ་བས། འབྲུལ་སྤྲུང་སྟིགས་མའི་རྒྱུད་པ་རབ་ཞིན་ས། བཀྲ་ཤིས་  
བདེ་ལེགས་ངོ་མཚར་སྤང་བ་ཡིས། ས་གསུམ་ཀུན་དུ་བྱུང་བའི་དགེ་མཚན་  
དབལ། ཉིན་མོར་བྱེད་པ་བཞིན་དུ་གསལ་ཡུར་ཅིག། སྤྱི་དྲུ་ ཞེས་པ་འདི་ཉིན་ནས་  
འཁྱོད་དབང་ལྷག་རྟོགས་ཡན་ཆེན་པོ་ལྟ་བུ་གྱི་རྒྱ་ནས་དུས་རྒྱུད་ཞི་བའི་སྦྱོན་ལམ་ཞིག་གིས་ཞེས་གསུང་བསྐྱེལ་  
ལུང་ཐམ་ཐམ་འཇུག་དབལ་དུ་བྱུག་པས་ཆབ་མདོའི་སྤྱུགས་སུ་ཞི་བ་སྤྱི་དཔོ་སྤྱི་འཛོལ་རྒྱལ་བའི་གྲངས་  
ཀྱི་དུས་དགེ་བར་དམ་པ་དང་པོའི་མངས་རྒྱས་ལ་གསོལ་བ་བཟང་སྟེ་རྒྱུར་བཟང་གེ་ལེགས་སུ་ཡུར་ཅིག། དགེ་ཤོ།

༥ རྒྱུན་གྱི་སྤྱུགས་དམ་ཅུ་ཐོ། ཐོ་རངས། ཆོག་བདུན་ཐོག་དངས། ཅུབ་  
ཐོགས་ཨོ་རྒྱུན་དབང་ཆོགས། བདག་ལ་དབང་བསྐྱར་བྱིན་གྱིས་བསྐྱབས་དུ་  
གསོལ། བ་གྱེ་ཐོགས་རིགས་གསུམ་སྤྱུགས་གསུམ་པེ། སྒྲི་བཞི། སྒྲེ་ཞིང་  
སྒྲེ་བ་དག་ནི་ཆོགས། རྩེ་ རིག་འཛོན་ཨོ་རྒྱུན་བསྐྱབ་ཐོད་ཆོགས། བརྩ་གུ་རུ་བརྒྱུད།  
བདག་ནི་སྒྲེ་བ་= རྩེ་རྟོག་= སེམས་ལ་= འཇིགས་མེད་= དགེ་བ་= བདེ་ཆེན་  
བསྐྱར་རྒྱལ་པོ་= སྤྱི་གཙུག་པད་སྤོང་ཆོགས། སྤྱུབས་སེམས་ཡན་ལག་བདུན་རྗེས།  
བདག་ཉིད་མཆོག་གི་ཆོགས། ཡང་གསང་སྟོན་བརྒྱུད་མ་ལྟར། གསོལ་འདེབས་  
གསུམ། དཀར་ལྷེ་མ་གྱིས་གང་བར་གྱུར། ཨོ་གུ་རུ་ལྷ་ཡུར་སྒྲི་ཆོགས། སྤྱུགས་  
བརྒྱུ་བརྒྱུད། མཐར་ལུས་ནང་འཆི་མེད་བདུད་ཅིར་= ཆོ་ཡི་རྟོན་དུ་བཞུགས་  
པར་གྱུར། སྤྱིར་ཡང་། ཀྱི་དུས་གསུམ་ཆོགས་གསོལ་འདེབས་ཆར་གཅིག་མཐར། ཞེས་

གསོལ་བ་བཏབ་པས་སྤྱི་པོའི་སྤྲོ་མ་ཡབ་ཡུམ་ཅུ་དཔུ་མའི་ལམ་ནས་མར་ཕྱོན་  
 སྤྱིང་གའི་ཆོ་རྟེན་ཡེ་ཤེས་སེམས་དཔའ་དང་དབྱེར་མེད་དུ་བཞུགས་པས་སྤྱི་  
 འཛིག་དང་བུལ་བ་དོན་ཆོ་ཡི་དངོས་གྲུབ་ཐོབ་པར་བྱིན་གྱིས་རྒྱབ་ས་པར་གྱུར།  
 མཉམ་ཉིད་ལྟ་བུའི་ངང་ནས་ཆོ་གཞུང་ས་ཆར་གཅིག་བཟོད། སེམས་ཅན་ཐམས་  
 ཅད་ཀྱི་དོན་དུ་རྟོགས་པའི་སངས་རྒྱུས་ཀྱི་གོ་འཕང་རིན་པོ་ཆེ་ཐོབ་པར་བྱ། དེའི་  
 ཆོད་དུ་ཆོ་ཡི་རིག་འཛིན་བསྐྱབ་པར་བྱའོ། །མ་བྱ་བརྒྱད་ཀྱི་བཏེགས་པའི་སྐོས་སྐྱེ་  
 ཅུ་ཐུགས་ནམས་དམར་ཁྲིག་གེར་འཁོར་བར་གྱུར། རྒྱང་ཁྲག་བཞི་བརྒྱད་  
 དམིགས་པ་བཞི་པོ་བྱ། སྤྱིང་དམིགས་པ་དེ་ལྟར། ཇོ་ལྷུ་རྩྱུ་རྩྱུ་བཟོ་གྲུ་བཟོ་  
 སྤྱི་བཟོ་ལྷུ་ཡུའི་རྩྱུ་རྩྱུ་འི་རོ་སྤྱི་པ་ལ་རྩྱུ་ལྷུ་ བརྒྱུ་བརྒྱད་བརྒྱ། བར་སྤྱི་བྱི་བཟོ་  
 ལྷུ་ཡུ་ ཇོ་ལྷུ་རྩྱུ་སྤྱུ་དུ་ ཆོ་རྩྱུ་སྐྱེ་ཁྲེ། ཆོན་གསུམ་ཤེ་ཤེ་བཞིན་གསུམ་ཤེ། བྱི་  
 རྒྱུ་བྱི་རྩྱུ་བཟོ་སྐྱེ་ཁྲེ་ཤེ། སྤྱི་ལ་མའི་ཐུགས་ཆར་གསུམ། རྣམ་རྒྱལ་  
 གཞུང་ས་ཤེ་ཆར་གཅིག་ ཇོ་རྩྱུ་འི་རིགས། ལ་སྤྱི་རེ་གསུམ། ཆོ་གཞུང་ས་  
 ཆར་གཅིག་ ཐང་རྒྱལ། ཇོ་ལྷུ་རྩྱུ་རྩྱུ་ རྒྱང་བ་མཐའ་ཡས་སྐོས་སྐྱེ་ ཐང་རྒྱལ་  
 གསོལ་འདེབས་ཆར་གཅིག་ ཐུགས་ཆར་གསུམ། བཀའ་བརྒྱད་སྤྱི་དེལ་ལ་  
 རྒྱུར། ཏཱ་གསུམ་མ་ཆར་གསུམ། ཇོ་ལྷུ་རྩྱུ་རྩྱུ་ མ་རྣམ་ཁུ་ལྷུ་མ་རྣམ་ཁུ་སྤྱི་སྐྱེ་གསུམ།  
 རུ་བ་ཅི་རྩྱུ་སྐོས་སྐྱེ་ ཀུ་རུ་ཇོ། བར་ཆར་གསུམ་མམ་བཞི། རྩྱུ། ཆོ་ལ་དབང་མཛད་  
 ཐུགས་བཅས་ཆར་གཅིག་གིས་ཆོ་བཀའ་གསོལ་འདེབས། ཇོ་ལྷུ་རྩྱུ་རྒྱུ་བས་  
 གནས་མ་ལུས་ཐུགས་བཅས་ཆར་གཅིག་ རྟེན་སྤྱིང་རྟེན། ཇོ་རྒྱུན་བཟོ་འབྱུང་

གནས། གསང་ཡུམ་མཆོར་བ་སོགས་ཅུ་བརྒྱད་ཀྱི་བླ་མ་ནམས་དང་། འཆི་མེད་  
ཆོ་ལྷའི་དཀྱིལ་ལ་ཁོར་རབ་འབྱམས་ཀྱི་བདེན་བས། རྣལ་འབྱོར་བ་བདག་གི་  
ཆོ་དབང་དུ་གྱུར་ཅིག དབང་དངོས་གྲུབ་ཏུ་སྒྲུབ་མི་ཤིག་སྟོན་ཅི། མི་འགྱུར་  
གཡུང་དྲུང་། མི་རྒྱུབ་རྒྱལ་མཚན། ཆོ་སྒྲོག་དོན་ཅེའི་བྲག་རི་ལས་སྤྲིང་བརྟན་  
པའི་སྐལ་བ་མངའ་བཞེས་ནས་འཆི་བ་མེད་པའི་ཆོ་ཡི་དངོས་གྲུབ་ཐོབ་སྟེ་རང་  
གཞན་གྱི་དོན་རྒྱ་ཆེན་པོ་རེ་འབྲས་ཡིད་བཞིན་གོང་འཕེལ་ཏུ་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་  
ཏུ་གསོལ། རྩི་རྩྭ། སྤྱུ་ཅི་རིགས། སྤྲང་སྤྲིད་ཐམས་ཅད་ཆོའི་རང་བཞིན་འོད་  
དཀར་དམར་དང་འབྲུག་སུམ་གྱིས་མེ་རེ་རེ་གང་བ་ཐམས་ཅད་བདག་ལ་ཐིམ།  
བདག་དང་ནང་གི་བདུད་ཅི་ཐམས་ཅད་ཀྱང་ཡེ་ཤེས་སེམས་དཔའི་ཐུགས་ཀའི་  
ཉི་ཟླ་ལ་ཐིམ། དེ་ཡང་ཅུ་སྟགས་ཉི་ཟླའི་གཉུང་དང་བཅས་པ་དོན་ཅེ་དང་ཉི་ལ་ཐིམ།  
གཞོམ་མེད་དོན་ཅེ་ཆུང་སྟོས་ཅི་ལྟོགས་གྱི་ནང་དུ་རྩྭ་གི་ཁོང་སེང་བྲིས་མཚན་  
པར་བསམ་ལ། དོན་ཅེ་ལྷའི་བྲག་རྒྱ་སྤྲིང་གར་འཆང་ཞིང་། བཅོ་བརྒྱུ་ཡ་སོགས།  
སྤྲེལ་སྟོན་གྱི་ཆོ་གསུངས་གསུམ་མམ་གཅིག་བསྒྲ། དེ་ནས་དོན་ཅེ་ཉི་དང་བཅས་  
པ་ནམ་མཁའི་ངོ་བོར་གྱུར། བམ་མཁའ་སྤྲོད་ཉིད་གཞོམ་གཞིག་དང་བྲལ་བའི་  
རང་དུ་དལ་གཅིག་མཉམ་པར་བཞག་གོ། ཆོས་ཉིད་རིག་པའི་རང་དུ་བཞག་  
པས་གཞོམ་གཞིག་བྲལ་བར་རྒྱས་བདེ་ལ། སྤྲུང་ཡང་། མི་འགྱུར་པར་གྱུར་  
ཅིག་སོགས། དག་བ་འདི་ཆོ་དབང་མེད་མགོན་འགྲུབ་འདི་ནས་བྱང་ཆུབ་  
སྤྲོད་པོར་མཆིས་གྱི་བར། །འཆི་བའི་འཇིགས་དང་རྒྱད་པ་མི་ལྟོང་ཞིང་། །དོ་

4 3 3

ལུས་དགོས་དུག་སེལ་གྲོགས་གཞོན་ནི་སྒྲིགས་ཅི་དགོས་ཀྱང་། དེ་ནས་བཅུད་  
ལེན་བསྐྱོར་། རང་ཉིད་སྐྱད་ཅིག་གིས་འཇམ་དཔལ་གསལ། རླུང་རོ་གསུམ་  
བསལ། བཅུད་འོད་ལྗེ་ནམ་པར་བསྐྱུས་བསྐྱེམ་རླུང་ཁྱག་བཞི། རང་ཉིད་  
སྐྱད་ཅིག་གིས་ལྷ་མ་གཏི་སྐྱར་གྱུར། ཚིག་གི་རི་སྒྲིགས། རྒྱགས་ཚར་བཞི་ལམ་  
བདུན། རྒྱགས་བཅུ་དུས་གསུམ་གྱི་རྒྱལ་བ་སྐྱུ་དང་བཅས་བསལ་བདག་གི་  
ལུས་དག་ཡིད་གསུམ་དོ་རྩེར་བྱིན་གྱིས་བསྐྱབ་དུ་གསོལ། གནས་གསུམ་དོ་  
རྩེ་གསུམ་དངོས་ཚིག་དཀར་སྒྲིགས་གསུམ་གསལ། རྒྱལ་ཀུན་བྱིན་རྒྱབས་བསྐྱུས་  
དམིགས་དོ་རྩེ་ཅེ་གསུམ་ལྷག་རྒྱ་གནས་གསུམ་བཞག་ཅིང་འབྲུག་གསུམ་བཟོད།  
སྐྱར་ཡང་ལྷག་རྒྱ་བཅས། ཚིག་ཅི་རིགས་བསྐྱེ། ལུས་ཐམས་ཅད་དོ་རྩེ་པ་ལམ་  
གྱི་རང་བཞེན་དུ་བསལ། རྣམ་འཛོམས་ཉེ་སྤྱིང་། རྒྱ་བཟང་བེད་སྐྱ་དུ། ཞེས་  
བཟོད། རང་ཉིད་སྐྱད་ཅིག་གིས་སངས་རྒྱུ་ལེ་སྐྱར་གྱུར། རྒྱ་བོར་རྒྱ་  
དབུས་ཚིག་ལས་སྤྱད་ཞིའི་བདུད་ཅི་བབ་ལུས་གང་དམིགས། ཚིག་རྒྱ་རྒྱ་རྒྱ་སྒྲིགས།  
རྒྱན་མའི་རྒྱགས་ཅི་འབྲུབ། མཐར་རྒྱ་བཞི་བཅས་འོད་ཁྱ་ལུས་གང་བསལ།  
དེ་ནས་རླུང་རོ་ལན་གཅིག་སྐྱ་ནས་བསིང་། སྐྱར་ཁན་ཚོས་གྱིད་བྱིངས་ཀུན་  
བདུད་ཅི་དཀར་པོ་དྲངས་ལུས་གང་དམིགས། ལུས་ཅན་བཞི་རྒྱན་ལྷན། ཁོམས་  
སྐབས་རི་མང་བྱ། སྐྱར་རང་ཉིད་ཀུན་བཟང་ཡབ་ལུས་སྒྲིགས། རྣམ་མཁའ་སྐྱ་  
ནས་དྲང་བའི་ལུས་ཅན་བཞི་བཟུང་། ལུན་མཐར་ལུས་སེམས་སྒྲིགས་ལྟར།  
རིག་དོ་བསྐྱུང་འཇམ་དཔལ་བདུད་ཅིའི་རྒྱགས། ཚོ་མ། ལེའུ་བདུན། གསོལ་

འདེབས། མཆོག་སྤྱིན་དོ་རྩེ་སོགས་གསོལ་འདེབས། དབྱངས་གསལ་རྟེན་  
 སྟོང་བཀྲ་ཤིས་བརྒྱད་པ་བཅས། ཐོར་ཐུན་ལོ། །འདི་རྩེས་སྤེལ་བསྟོད་སོགས་  
 སྐབས་སུ་དགོས་ཤིགས་སྐབས་སྐབས་ཀྱིས་ཤེས་སོ། །དེ་ནས་སྐབས་ཀྱི་བཞུགས་  
 བསྐྱོམ་ནམས་བྱ། དགུང་ཐུན་ལ། འཇམ་དཔལ་འཇུག་སྐྱུགས་ཅུང་བཞུགས།  
 བཏགས་ཐོལ་རྒྱུད་སྟོང་། གང་གྲོ་མ། མཆུ་ལ། སྟོན་ལམ། དོན་གྲུབ་ཡུལ་  
 ཐུག་ཀྱང་སྐྱུགས་བཅས་བཞི། ཡིད་བཞིན་ལོར་བུའི་ཆོགས་བཅད་བཅས་ལུར་  
 བསྐྱིག་ལྟར་རོ། །དེ་ནས་ཆོགས་བཅས་གསལ་ནས། ལྷོ་རང་བྱུང་ཤིག་པ་སོགས།  
 དཔལ་ཆེན། འཕྱུག་སྐྱུམ་ཆ་ཤས། གྲུ་རྒྱུ་ཅི་ཤིགས། ལྷོ་ཅི་ཤིགས། ལྷོ་ཆོགས་  
 གྲུ་ཀྱང་སྤྱི་དེལ་སོགས། སྤྱི་དེལ། བཟླ་བྲུ་ལ། བོ་རྟོ་ཅི་རྟ། ལྷོ་ལི་གྲུ་ལི། དེ་  
 བས་ཆེ་མཆོག་སོགས་དཔལ་དགུ་སོ་སོའི་སྐྱུགས་གསུམ་ཅི་ཤིགས། བཀའ་  
 སྟོང་སྤྱི་དེལ་སོ་ལྷ་ལ། ལྷོ་བཞུགས། ཆེ་མཆོག་ཆེ་ཤམ་ཅན་བདུན་སོགས། སྐད་  
 ཅིག་གཞན་ཐུགས་དོ་རྩེ་ལོ་སོགས་ལྟར། བཟླ་ལྷོ་ཅི་ཤིགས། ལྷོ་ལ་འདུལ་  
 སོགས་བཏགས་ན་འདིར་ཅི་ལྟོགས་བཞུ། མཐར་འཁོར་འབར་ལོ་སྟེ། ཉན་ག  
 ལུར་བའི་དག་སྐྱུགས་སོགས་བཞུ། ཐུན་བསྐྱུ། ལྷོ། ཨེ་ཉིད་སྟོང་བ་ཆོས་འཕྱུང་  
 སོགས་ཀྱིས། ཨེ་ཡིད་ཅི་ཤིགས། ཁོ་རྒྱ། ཡང་བསྐྱོག་ འཆར་ག་སོགས་གསེད་  
 སྟོར་སྐྱུགས་ཤིགས་ཅི་ལུས་བཞུ། བསྐྱོག་སྐྱུགས་བཞུ་སོགས་གང་དགོས་སྐབས་  
 སྐྱུ་ལྟར། དེ་ནས་གསོལ་ཁ་རྒྱུན་དང་དུས་སྤྱི་ཅི་དགོས་བཅས་བྱའོ། །དེ་དག་  
 བར་ཐུན་གྱི་བཞུབ་བྱའོ། །ཁོར་ལ་གྲུ་རྒྱུ་སྟེ་རྩི་རྩི། མ་གསུམ་བཞི་བདུན་

སོགས། རང་ཉིད་རྒྱུད་ཅིག་གིས་གོས་དཀར་མོའི་སྐྱུང་གྱུར། ཇོ་ཨ་ཀའེ་སོགས་  
ག་བྱུངས་བསྒྲ། ཆེ་བཅུད་བསྐྱ་སོགས་དམིགས་པ་སྐྱུར། གཏུམ་མོ་སྤར་ཁིང་  
རྒྱུད་ཁྱལ་བཞི་ཉུང་མཐའ་བྱས་པའི་རིེ་འགྲུབ་བྱ། ཉལ་ཁར་དྲ་རེ་དང་འོད་ཟེར་  
ཅན་སྤགས་རིང་ཐུང་ཅི་རིགས། འབྲུམ་མེ་འབར་ལུས་སྐྱུངས་ཅི་རིགས། ལུས་  
སྐྱེན་འཆི་བསྐྱའི་ནལ་འཕྱོར་བསྐྱོམ། སྐྱོན་ལམ་བར། དེ་ནས་གོང་དུས་མེ་འབར་  
དམིགས་པ་གསལ་པེས་ལན་བཞི། བདེན་སྟོབས་བཅས་བཟོྃད། གཉིད་སྤགས་  
ཨ་བྱ་ཏ་སོགས། གཙུག་གཏོར་འབར་སྤགས། བཀྲ་ཤིས་བརྒྱུད་བཟོྃད། འོད་  
གསལ་བཟུངས། བམ་སད་མ་ཐག་དབྱངས་གསལ་སོགས་ཤེས་རབ་རྩ་འབྱེད་  
བྱའོ། །འདི་ཙམ་རྒྱུན་གྱི་ཡི་དམ་ནར་མ་ཡིན་ལ། སྐབས་སྐབས་སྤྱུག་དང་  
ཅི་བསྐྱེན་འོས་པའི་དེ་དེར་ཤེས་པར་བྱ་སྟེ། དུས་མིན་འཆི་བསྐྱོག་དང་། གཙུག་  
གཏོར་བྱི་མེད་སོགས་དཔེར་བཞོད་སྟོག་པའི་ཡི་གེར་ཤེས་པར་བྱའོ། །འདི་ནི་  
རབ་ཆེས་མཐོས་ཟེད་རྒྱ་ཡོས་རྒྱ་བ་ལྟ་བུའི་ཆེས་བཅུ་བདུན་ལ་རྒྱུད་གྱི་རྩ་ཐོར་བཞོད་པ་གསལ་པོར་བསྐྱེས་  
ཉེ་མི་ལམ་པས་བྱིས་བདག་ལོགས་འཕེལ།



༥ རྩི་བཙུན་རིག་བྱེད་མ་ལ་བསྟན་པའི་སྤྲ་མའི་  
རྣལ་འབྱོར་བཞུགས་སོ།

དུས་འདི་ནས་བཟུང་བྱང་ཆུབ་སྒྲིང་པོའི་བར། རྩི་བཙུན་འཕགས་མའི་ཞབས་  
ལ་སྐྱབས་སུ་མཆི། ལྷག་བསྐྱེད་ཀྱི་མཆོར་བྱེད་པའི་མཁའ་ཁྱབ་འགོ། བསྐྱེད་  
བྱེད་བྱང་ཆུབ་མཆོག་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་དོ། རང་སྤྱང་དག་པ་རབ་འབྱམས་  
ཞིང་གི་དབུས། རྩི་མཆོར་སྐྱེལ་པའི་ཚོ་བྱང་ཉམས་དགའ་བར། རང་གི་སྤྱི་  
པོར་འདབ་སྒྲིང་བསྐྱེད་དབུས། སྐྱབས་གསུམ་ཀུན་འདུས་རྩི་བཙུན་རིག་བྱེད་  
མ། རྩི་མར་གསལ་དར་དང་རིན་ཆེན་རྒྱུ་ཆ་ཅན། མི་འཛིགས་ཐུག་ཀྱི་  
མདའ་གཞུགས་ལ་འཛིན། རྩི་རྩི་སྤྱི་ཀྱང་ཡེ་ཤེས་འོད་ཟེར་འབར། བྱས་  
བཅས་རྒྱལ་ཀུན་འདུས་པའི་རོ་པོར་བཞུགས། ཀྱི་མ་སྤྲ་མ་རྩི་བཙུན་མ། །  
བྱེད་ནི་རྒྱལ་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱི། ལུས་སྦྱར་ཡེ་ཤེས་སྤྲ་མའི་སྤྲ། འགོ་བ་ཀུན་  
ཀྱི་མགོན་གཅིག་ལ། ལྷག་པར་འདོད་པས་ཐོང་བ་ཡི། བསྐྱེད་ཆགས་ཅན་  
ལ་གཉེར་སྦྱར་པའི། རྩི་བྱི་དམ་བཅའ་མ་བསྟེལ་བར། སྤྱེལ་དམན་ཉམ་  
ཐག་བདག་ཅག་ལ། ཡེ་ཤེས་སྦྱར་གྱིས་གཟིགས་ནས་སྤྲ། བཅུ་པའི་ཐུག་  
གིས་དབུགས་དབྱེད་སྤྱེལ། ལྷར་བ་ཉིད་དུ་བྱིན་གྱིས་སྤྱོད་སྤྲ། བདེ་ཆེན་དབང་  
གི་དངོས་སྦྱབ་སྤྱེལ། ཞེས་སྤྱིང་ཁོང་རྣམས་པའི་གཉིང་ནས་གསོལ་བ་ཏུ་བཤ། སྤྲ་མ་རྩི་བཙུན་

ཀུན་མཁྱེན་མི་ལམ་རྒྱ་མཚོའི་གསུང་འབུམ།

ཀུ་རུ་ཀུ་ལྷོ་མཁྱེན། ཞེས་དང། ཨོྫ་ཀུ་རུ་ཀུ་ལྷོ་རྩི་རྩི་སྒྲ་དྲ། ཞེས་ཅི་རུས་བརྒྱས། ལོངས་  
སྦྱོང་ཐམས་ཅད་དང་སྦྱང་སྦྱིང་ཐམས་ཅད་བདེ་བ་ཆེན་པོ་དབང་གི་མཛུལ་དུ་ཡིད་གྱི་ཡང་ཡང་ལུལ་ལ་གསོལ་  
བ་བཏབ་ལ་མཐར། རྩེ་བཙུན་དགེས་པ་ཆེན་པོས་འོད་དུ་ལྷ། །རང་གི་སྦྱི་བོ་ནས་  
ལྷགས་སྦྱིང་དབུས་ཐིམ། །ལུས་ཀུན་བདེ་ཆེན་བདུད་ཅི་དམར་པོས་གང་། །  
ཐུགས་ཡིད་དབྱེར་མེད་གཏུག་མའི་གཤིས་སུ་ཨྲ། །སྒྲུང་ཡང་སྦྱང་སྦྱིང་ཐམས་ཅད་སྒྲ་  
མ་རྩེ་བཙུན་མའི་འོད་པོར་བལྟས་ལ་བསྒྲོ་སྦྱོན་བྱ་ཞིང་རྒྱན་གྱི་སྦྱོང་ལམ་བུའོ། །འདིས་ནི་བདེ་ཆེན་དབང་གི་  
དོན་གྲུབ་ཐོབ་པར་འགྱུར་ཏེ། གཞུངས་འབུམ་ཐུག་གཅིག་བརྒྱའོ། །སམ་ཡེ་རབ་ཆེས་ལྷགས་ལོས་དཔོ་  
སྒྲིའི་ཆེས་འོད་པའི་གྲངས་ལ་འཇམ་དབལ་དགེས་བསམ་གང་གར་སྦྱེལ་བ་མཛྲ་ལོ། །

༡ བསྐྱེད་མཁའ་འགྲོའི་ཆོ་འགྲུགས་བཞུགས། རྩི་བདེ་ཆེན་འབར་བ་དབང་གི་ཕོ་  
བྱང་ན། །བདེ་སྦྱང་སོ་སོར་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་སྒྲ། །དབང་མཛོད་བསྐྱེད་མཁའ་  
འགྲོ་རིག་བྱེད་ཅུལ། །གཙོ་འཁོར་སྒྲུལ་པར་བཅས་པའི་ཐུགས་དམ་བསྒྲུལ། །  
༡ རྩེས་ཆགས་འོད་དམར་ལྷགས་ཀྱ་ཕྱོན་པོ་ཡིས། །འཁོར་འདས་བརྟན་གཡོ་  
བསྒྲུལ་ཞིང་བསྦྱོང་བྱས་ཏེ། །བདག་གི་སྒྲ་ཆོ་ཉམས་འབྱུང་བརྒྱས་པ་དང་། །  
སྦྱིང་དང་ཞི་བའི་ཆོ་བཙུང་མ་ལུས་པ། །ཤམ་ལེན་རྟོ་ཡིས་ལྷགས་བཞིན་བསྒྲུས་  
ནས་ཀྱང་། །དང་མ་སྒྲོག་གི་རྟོན་ལ་བསྟེམ་མཛོད་ནས། །མི་ཤིགས་རྟོ་རྩེ་ཆོ་  
ཡི་ཀ་བ་ཚུགས། །གཞོམ་མེད་མཆོག་གི་ལང་ཆོ་གྲུབ་པར་མཛོད། །རགས་  
ལུས་མི་ཤིག་དྲངས་མའི་དབྱིད་དུ་སྦྱིན། །ལས་རྒྱུང་འཕོ་བ་རྩྱ་ཏིའི་དབྱིངས་སུ་  
ཐིམ། །ཀུན་རྟོག་ཐུན་པ་འོད་གསལ་ངང་དུ་ཡལ། །གཏུག་མ་རྟོ་རྩེའི་སྒྲོག་ལ་

དབང་ཐོབ་མཛོད། གྲི་གང་འཕོ་འགྱུར་ཡང་ཡེ་མི་མངའ་བའི། བདེ་བ་ཆེན་  
པོ་རྟག་པ་རྒྱན་གྱི་ཆོ། སྟོབས་སུ་གྱུར་བས་འཆི་བདག་དབང་བཅོམ་ནས། །  
འཆི་མེད་དོན་མེད་ཆོད་བད་གྲུབ་བར་མཛོད། འོད་གསལ་མཁའ་ལ་ལྷན་གྱིས་  
གྲུབ་པའི་གདངས། ཡེ་ཤེས་ཉི་མ་མཚན་དཔེ་སྒྲུང་བ་ཅན། རྟག་བརྟན་  
བསྐྱེས་རྒྱུད་བྲལ་བའི་གཟི་བྱིན་གྱིས། འགོ་ཀུན་ཆོ་མཆོག་འགྲུབ་པའི་ཤིས་  
པ་རྩེ་ལ། ཞི་བཟང་རྒྱ་ཀི་འུ་རུ་ཀུའི་ཕྱི་བརྩེ་རྩེ་རྩེ་ལྷ་ལྷུང་སྤྱུ་རྒྱ། ཞེས་པའང་མེས་ག་  
རྩེ་རྩེ་བའི་ཆོས་གཅིག་རྒྱལ་དང་ཐུང་བའི་འགྲུབ་རྩེ་དག་པའི་བར་མི་ཐམ་རྣམ་པར་རྒྱལ་བས་བྱིས་  
བ་དག་ལེགས་སུ་གྱུར་ཅིག་ མཛུ་ལོ། ॥

༥ སྒྲུང་སྒྲིང་མ་ལུས་ཀུན་ཏུ་བཟང་པོའི་ཁོང་། གཏོད་ནས་ཡེ་སངས་རྒྱས་  
པ་འཇམ་པའི་དཔལ། ཉིད་ལས་གཞན་དུ་གྱུར་པའི་ཆོས་མེད་པས། མཉམ་  
ཉིད་དང་དུ་གཉིས་སུ་མེད་པར་འདུད། ཐམས་ཤིང་པ་བཟོ་བཅོས་བྲལ་བར་  
ཞོག གསལ་པོ་རྒྱན་ཆད་མེད་པ་འདི་ཀ་ལ། བསྐྱོམས་ནས་གསལ་བ་  
གསར་དུ་འཆོལ་མི་དགོས། གསལ་ལེ་ཡེ་པོ་པ་འདི་རང་གི་བབས། གསལ་  
བའི་པོ་པོ་བྱིན་གང་དུ་ཡང་། མ་གྲུབ་ནམ་མཁའི་དབྱིངས་བཞིན་མཐའ་  
དབུས་བྲལ། གསལ་ཅམ་དེ་ཉིད་སྟོང་བར་རང་གིས་གནས། སྟོས་བྱས་  
སྟོང་བ་རང་མགོ་མ་བསྐྱོར་ཅིག རང་སེམས་གསལ་བ་རང་གི་ཉམས་སྟོང་  
ལ། གསལ་བཞིན་མ་སྐྱེས་སྟོང་བར་རང་གིས་སྟོང་། གསལ་སྟོང་དབྱེར་  
མེད་བཛོད་བྲལ་མཉམ་པ་ཉིད། གཞན་གྱིས་བསྟན་མི་རུས་ཏེ་རང་གིས་

རྟོགས། །བརྟགས་ཤིང་བཅོས་པའི་ཡིད་དཔྱོད་རྟོག་པའི་དྲིས། །མ་བཅོས་  
 རྣལ་མང་བཞག་ནས་སོ་ཟེན་ཆོ། །གཞུག་མ་རྒྱལ་པོའི་རང་ལུ་རང་ལ་མཛོན། །  
 ཐེ་ཆོ་མ་དྲ་བ་ཤིན་ཏུ་ཆོད་པར་འགྱུར། །ཡེ་ནས་འདི་ལྟར་ཡིན་མོད་ཐོག་མེད་  
 བས། །གོ་མས་པ་རྟོག་པའི་རྟོག་མ་བསྐྱང་བའི་ཕྱིར། །བཞག་ཀྱང་འདི་ཞེས་  
 དེས་པ་མི་རྟོན་ལ། །དབྱེད་ཀྱང་རྣལ་མ་མཐོང་བར་དཀའ་བས་ན། །དང་པོ་  
 རྟོག་པའི་བརྒྱབས་ཞི་བའི་ཕྱིར། །མ་བསྐྱལ་རྟོག་མ་དྲངས་པའི་ཚུ་ལྟོས་ལ། །  
 དཔེ་དེས་རང་སེམས་རང་བབས་ལྟོད་མཁས་པའི། །བཞག་ཐབས་མན་ངག་  
 གོ་མས་པ་གནད་དུ་ཆོ། །མ་བཅོས་བཞག་པས་བཅོས་མེད་གཤིས་གྱི་དོན། །  
 རང་གིས་གསལ་ན་དེ་ཉིད་རྟོགས་པ་ཆོ། །སྤང་སྤྱིད་གདར་ག་དེ་ཉིད་གཅིག་  
 ལུས་ཆོད། །བྱ་སྤྱོད་ཆེ་ཐེག་པའི་ཆེ་མོར་བགྱོད། །བརྟོན་མེད་དེག་པ་མཛོན་  
 དུ་གྱུར་པའི་ཆོ། །གསལ་འཛིན་སྟོང་འཛིན་འཛིན་སྤངས་དབྱིངས་སུ་ཡལ། །  
 རི་ལྟར་སྤང་ཡང་གཞུག་མའི་རང་དུ་གནས། །དེ་འདྲ་རྟོགས་པ་ཆེན་པོའི་རྣལ་  
 འབྱོར་ལགས། །སྤྱང་སྤྱོད་ཀྱི་ཆོས་པལ་འཇམ་དཔལ་དགེས་པའི་དོན་རྟོགས་གང་ཤར་གྱིས་པ་དག་ཞིང་  
 བཀྲ་ཤིས། །

༥ །ས་གསུམ་དག་ན་ཡིད་འོང་སྒྲུ་གཅིག་ལ། །སྟིང་རྩེའི་གཞོན་ལུ་མ་ནི་བྱོད་  
 ལ་འདུན། །བདེ་བའི་དེ་ཉིད་སྤངས་པའི་ཐབས་གཞན་གྱིས། །སངས་རྒྱས་  
 ཉིད་དུ་འགྱུབ་པ་མ་ཡིན་ནོ། །དངོས་ཀུན་གདོད་ནས་བདེ་བ་ཆེན་པོའི་དོན། །  
 སྟིང་ལ་མཛོན་སུམ་ཉིད་དུ་གསལ་བྱེད་པ། །ཐབས་གྱི་བདེ་བའི་འབྱུང་གནས་

ལྷ་སྤྲོས་ཀྱི། ཁོ་སར་རྒྱས་པའི་སྤྲོ་ཕྱི་འཕྱང་པར་མཛོད། བདེ་པར་གཤེགས་  
པའི་ཡུལ་ནི་འདི་ལགས་ཏེ། བདེ་བའི་ཡེ་ཤེས་ནམ་མཁའི་གཟུགས་ཅན་  
གྱིས། བདེ་ཆེན་གཅིག་པུའི་ངོ་བོར་ཐམས་ཅད་མཛོད། བདེ་མཆོག་རྟག་  
པའི་བདག་ཉིད་གྲུབ་པར་མཛོད། འོ་མུ་འདི་ལྷགས་ཡོས་སྒྲ་༡༡ཚོས་༡༥ལ་འདོད་རྒྱལ་  
སྤྲོ་བ་ལྷ་མེ་ལས་ཐོས་པའོ། །

༥ དབལ་ཚོས་ཀྱི་གྲགས་པའི་སྤྲོ་མའི་རྣལ་འབྱོར་བཞུགས་སོ། ། ཨ། མདུན་མཁར་  
པ་རྒྱ་དཀར་སེར་དབུས། རབ་དཀར་སྒྲ་བའི་དཀྱིལ་འཁོར་སྟེང་། སྤྲོ་མེད་  
ཨ་ཡིག་དཀར་པོ་ལ། དམར་སེར་རྒྱ་ཡིག་ཁྱེད་མས་མཛོད། འོད་དུ་ཁྱེད་  
སྤྲོ་ཕྱི་གིས། དབལ་ལྷ་ཚོས་ཀྱི་གྲགས་པ་ནི། འཛིགས་མེད་སེང་གའི་  
ངོ་རྒྱུ་ཅན། ཚོས་གོས་གསུམ་གསོལ་ཕྱེད་སྤྲོ་ལ་བཞུགས། ལྷག་གཡས་མཁའ་  
ལ་སྤྲོ་མཛུབ་གདེངས། གཡོན་པས་སྤྲོ་གས་བམ་རྣམ་པར་འཛོད། ལྷགས་  
དབུས་དཀར་སེར་པ་རྒྱའི་སྤྲོ་བས། གཞོན་ཏུ་འཇམ་པའི་དོ་རྩེ་ནི། ཤིན་ཏུ་ནི་  
བསྤྲོ་བས་སྤྲོ་གཡས། ལྷ་ལྷ་སྤྲོ་བོ་གཡོན་ན་བསྤྲོ་བས། ཤེས་རབ་འོད་  
ཟེར་ཀྱང་ཏུ་འཕྱོ། ལྷགས་ཀར་སྒྲ་བ་དྲི་མེད་ལ། འབར་བའི་སྤྲོ་གས་ཀྱི་ཕྱེད་  
བཞི། མར་མེ་ལྷ་པུའི་འོད་ཟེར་གྱིས། ཡེ་ཤེས་སྤྲོ་བ་རྒྱས་པར་བསམ། །  
ཨྱ་མ་དུ་གྲུ་རྒྱུ་ཀྱི་དྲི་བའི་དྲི་སྤྲོ་ས་ར་ད་ལུ་སྤྲོ་དུ། བདུན་ཀྱི་ཞག་ལ་བཙོན་བན། ཟབ་  
མའི་ཤེས་རབ་རང་གོ་ལ་ནས། རྒྱལ་གསུང་རང་དབང་གིས་འབྱེད་པའི། ཚད་མའི་སྤྲོ་གོས་འཕེལ་བར་

ཀུན་མཁྱེན་མི་ཐམ་ཀྱུ་མཚོའི་གསུང་འབུམ།

འཕྱར། ལྷན་མཐར་གསོལ་བ་གདབ་བཞི། ཨེ་མ། དཔལ་ལྷན་ཀུན་ཏུ་བཟང་བོའི་འོད་  
ཟེར་ལས། ཀུན་ཏུ་ཕན་བདེའི་འཛིན་ཏེན་དག་མཛད་པའི། རྒྱུགས་ལས་  
རྣམ་པར་རྒྱལ་བའི་བརྗེ་ཏ། དཔལ་ལྷན་ཚོས་གྱི་གྲགས་པར་གསོལ་བ་  
འདེབས། འཇམ་དཔལ་དོ་རྩེ་ཚོན་བོའི་ཡེ་ཤེས་སྒྲ། ལྷགས་ཀར་དཔལ་གྱི་  
བེའུར་རབ་བཞུགས་ནས། གྲི་མེད་རིགས་ལམ་རིག་པའི་མེ་བོ་ཆེ། རྫོངས་  
པའི་ཚང་ཚོར་འབྲུག་པོ་རྣམ་པར་བསྐྱེད། འདི་ན་ཟབ་མའི་ཚོས་གྱི་གནས་  
ལྷགས་ལ། རྫོང་གྲོས་ཇི་བཞེན་འཇུག་པའི་མཐུ་མེད་པས། མགོན་པོ་ཁྱེད་  
ལ་གྲུས་པས་འཇོལ་འདེབས་ན། བདག་རྒྱུད་བྱིན་གྱིས་རྫོབས་ཤིག་ཚོས་གྱི་  
གྲགས། རིག་པའི་རང་བཞིན་སྟོང་གསལ་སྒྲུ་མའི་ཁམས། ཉིད་གྱི་ལྷགས་  
དང་དབྱེར་མེད་རོ་གཅིག་ཏུ། རྒྱུ་ལ་རྒྱུ་བཞག་ལྷ་བྱུར་བྱུར་བ་ཡིས། འདུག་  
ས་འདི་འུ་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་ནས་གྱུར། མི་འཕྲོག་ཤིན་ཏུ་ཟབ་པའི་ཤེས་  
རབ་ནི། གྲི་མེད་སྟོན་ཀའི་རྩལ་བ་ལྷ་ར་དཀར་ཞིང་། གཟུངས་སྟོབས་ཉིང་  
འཛིན་བྱེ་བའི་འོད་བཟང་གིས། རྒྱལ་བསྟན་ཀུ་མུད་མཛེས་པར་བྱེད་བྱུར་  
ཅིག མི་ཐམ་པས་སོ། །

༡ ཟབ་ཁྲིད་གནད་བསྟུས་སྒྲོར་བདུད་  
ཅིའི་ཡང་ཁུ་ཞེས་བྱ་བ་  
བཞུགས་སོ། །

སྒོན་འགོའི་དག་འདོན་ཐར་ལམ་རབ་གསལ་བཞུགས་སོ། །སྤྱི་མ་མཁུ་ན། ལན་གསུམ། དལ་  
འབྱོར་རྟེན་དཀར་ལུ་དུམ་ལ་ར་འབྲ། རྟེན་ན་དོན་ཆེ་ཡིད་བཞིན་ནོར་ལས་  
ལྷག་འདི་འབྲ་རྟེན་བ་ད་རེས་ཅམ་ཞིག་ལ། འོན་ཆེན་གང་གི་འདུན་མ་  
མི་སྤྱབ་པར། འོན་མེད་རྒྱུད་ཟར་གྱུར་བ་བདག་ཅག་ལ། འདོན་མཆོག་གུན་  
འདུས་སྤྱི་མའི་ཐུགས་རྗེས་གཟིགས། དལ་འབྱོར་དོན་ཡོད་བྱེད་པར་བྱིན་  
གིས་སྒྲོབས། འཇིགས་རྒྱུད་དང་པོ། འདུས་བྱས་ཐམས་ཅད་མི་རྟག་སྒྲོག་བཞིན་  
གཡོ། སྒྲོན་བཅུད་གང་ལ་བསམ་གྱང་འཛིག་པའི་ཆོས། འཆི་བར་རེས་ཤིང་  
ནམ་འཆི་ཆ་མེད་གྱང་། རྟག་འཛིན་སེམས་གིས་རང་མགོ་བསྒྲོར་ནས་སྤྱ། །  
བག་མེད་རང་དུ་གནས་པ་བདག་ཅག་ལ། འདོན་མཆོག་གུན་འདུས་སྤྱི་མའི་  
ཐུགས་རྗེས་གཟིགས། མི་རྟག་འཆི་བ་དྲན་པར་བྱིན་གིས་སྒྲོབས། འཇིགས་  
རྒྱུད་ཀྱི་ཆོས་པོ། དཀར་ནག་ལས་འབྲས་ནམ་ཡང་རྒྱུད་མི་བ། རྒྱུ་འབྲས་བསྐྱེད་  
བ་མེད་པའི་ལམ་འདི་ལས། འཁོར་དང་ལྷ་རན་འདས་པའི་ཆོས་སྤྱི་སྤྱང་། །  
རང་བྱས་རང་ལ་སྤྱིན་པར་རེས་ན་ཡང་། རྒྱུ་བཞིན་འཇུག་ལྷོག་མི་རུས་

བདག་ཅག་ལ། །དཀོན་མཆོག་ཀུན་འདུས་སྤྱི་མའི་ཐུགས་རྗེས་གཟིགས། །  
དག་སྒྲིག་སྤང་དོར་བཅིང་བར་བྱིན་གྱིས་སྒྲོབས། །དམིགས་རྒྱུད་གསུམ་པོ། །བཟོད་  
བར་དཀའ་བའི་སྤྲུག་བསྐྱེད་མང་དང་ལྷན། །བདེ་བར་སྤྱང་བས་ཡིད་བསྐྱུས་  
འགྱུར་བ་ཅན། །ཟག་བཅས་ཡུང་པོ་མཐའ་དག་སྤྲུག་བསྐྱེད་རྒྱ། །ཁམས་  
གསུམ་འཁོར་བ་མེ་ཡི་འོབས་འདྲ་ཡང་། །དེ་ལྟར་མི་ཤེས་ཆགས་ལྷན་བདག་  
ཅག་ལ། །དཀོན་མཆོག་ཀུན་འདུས་སྤྱི་མའི་ཐུགས་རྗེས་གཟིགས། །ངེས་འབྱུང་  
བསམ་བ་སྟེ་བར་བྱིན་གྱིས་སྒྲོབས། །དམིགས་རྒྱུད་བཞི་པོ། །དེ་ནས་ཐུན་མིན་སྟོན་འགྲོའི་  
སྤྱབས་འགྲོའི། མདུན་དུ་དབག་བསམ་ཤིང་ཆེན་ཡལ་ག་ལྟའི། །དབུས་སུ་སྤྱི་མ་  
ཨོ་ཀླན་དོ་རྗེ་འཆང་། །བརྒྱད་པའི་སྤྱི་མ་ཡི་དམ་མཁའ་འགྲོས་བསྒྲོར། །མདུན་  
དུ་སྟོན་མཆོག་དུས་གསུམ་སངས་རྒྱས་རྣམས། །གཡས་སུ་ཉེ་སྤྱོད་ཐེག་ཆེན་  
འཕགས་པའི་ཆོགས། །རྒྱལ་ཏུ་གསུང་རབ་སྤྱེགས་བམ་རྣམ་བ་ཅན། །གཡོན་  
དུ་མཆོག་བརྒྱད་ཉལ་རང་དགེ་འདུན་དང་། །མཐའ་སྒྲོར་ཡེ་ཤེས་ཆོས་སྦྱོང་  
ཆོགས་རྣམས་ཏེ། །སྤྱོད་སྤྱོད་དུས་གསུམ་སྤྱབས་ཡུལ་ཐམས་ཅད་ཀུན། །  
མ་ཆངས་མེད་བ་ཉིལ་གོང་ལྟར་གསལ་བའི། །མདུན་དུ་རང་དང་མ་སོགས་  
སྟོས་བཅས་དང་། །མཁའ་ཁྱབ་སེམས་ཅན་ཀུན་གྱིས་གུས་བཏུད་དེ། །དུས་  
འདི་ནས་བཟུང་བྱང་ཆུབ་སྒྲིང་པོའི་བར། །ཡིད་ཆེས་མཆོག་གིས་སྤྱབས་སུ་  
འགྲོ་བར་བསམ། །ནམ་མཁའི་གནས་སུ་ནམ་མཁའ་གང་བཡི། །སྤྱི་དམ་  
མཁའ་འགྲོའི་ཆོགས་རྣམས་དང་། །སངས་རྒྱས་ཆོས་དང་འཕགས་པའི་དགེ་



འདུན་ལ། །བདག་དང་འགྲོ་བྱུག་གྲུས་པས་སྐྱབས་སུ་མཆི། །སྐྱབས་ལུལ་དེ་ལྟ་བུའི་  
མདུན་དུ་སེམས་བསྐྱེད་པ་ལ། ཐོག་མར་ཚད་མེད་བཞིལ་བློ་སྐྱེད་ནས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བདེ་བ་དང་  
ཐོག་མའི་རིགས་བསགས། དེས་མགཞི་སེམས་བསྐྱེད་བཞི། ཏ། དེ་ལྟར་དུས་གསུམ་རྒྱལ་བ་  
སྐས་བཅས་ཀྱིས། །བྱང་ཆུབ་མཆོག་ཏུ་ཐུགས་ནི་བསྐྱེད་པ་ལྟར། །བདག་གྲང་  
མཁའ་ཁྱབ་འགྲོ་ཀུན་བསྐྱལ་བུའི་ཕྱིར། །འཁྲུ་བྱང་ཆུབ་མཆོག་ཏུ་སེམས་  
བསྐྱེད་དོ། །འདི་འབུམ་བསགས། དེས་སུ་འབྲས་བུ་སྐྱུགས་ཀྱི་སེམས་སྐྱེད་ཆུལ་བྱང་པར་གྱི་ཆུལ་དུ།  
བདག་དང་མཐའ་ཡས་སེམས་ཅན་རྣམས། །ཡེ་ནས་སངས་རྒྱས་ཡིན་པ་ལ། །  
ཡིན་པར་ཤེས་པའི་བདག་ཉིད་དུ། །བྱང་ཆུབ་མཆོག་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་དོ། །  
ཞེས་བའང་ཅི་རིགས་བརྗོད་དོ། །མརྒྱལ་ལ་ཚོམ་བྱ་བཞོད་ལ། ཨྱ་ཨེ་ཧྲཱི། ཆོས་དབྱིངས་མཉམ་  
ཉིད་ཆོས་སྐྱུའི་ཞིང་ཁམས་སུ། །རང་སྣང་མ་འགགས་ལོངས་སྐྱུ་རིགས་ལྡེའི་  
ཞིང་། །མཁའ་ཁྱབ་རྒྱལ་སྐྱུའི་ཞིང་གི་བཞོད་པ་རྣམས། །ཀུན་བཟང་བདེ་  
ཆེན་མཆོད་པའི་སྒྲིབ་དུ་འབུལ། །ཨྱ་རཏྭ་མརྒྱལ་བུ་རྩ་མེ་ལྷ་ས་མུང་སྤྲ་ར་ཏ་  
ས་མ་ཡེ་ཨེ་ཧྲཱི། ཞེས་འབུལ། དོར་སེམས་བསྐྱོམ་བསྐྱས་ནི། ཨྱ། བདག་གི་སྒྱི་  
གཙུག་པད་རྒྱུའི་གདན་སྟེང་དུ། །དཔལ་ལྷན་དོ་རྩེ་སེམས་དཔལ་རྒྱ་བའི་མདོག་།  
དོ་རྩེ་དྲིལ་འཛིན་སྟེམས་མ་ཡུམ་དང་འབྱུང་། །ལོངས་སྐྱུའི་ཆས་རྫོགས་དོ་རྩེའི་  
སྒྱིལ་གྲང་བཞུགས། །ཐུགས་ཀར་རྒྱ་སྟེང་ཧྲཱི་ལ་ཡིག་བརྒྱས་བསྐྱོར། །བདུད་  
ཅིའི་རྒྱན་བབ་སྤྲིག་སྒྲིབ་དག་པར་གྱུར། །སྐྱབས་བཞི་ཚང་བའི་སྐྱོན་ས་བདུད་ཅི་འབེབ་  
སྐྱོང་གི་དམིགས་པ་བཅས་ཡིག་བརྒྱ་བསྐྱེ། ཐུན་མཐར། མགོན་པོ་བདག་ནི་མི་ཤེས་ཚེངས་

པ་ཡིས། །དམ་ཚིག་ལས་ནི་འགལ་ཞིང་ཉམས། །སྤྱོད་མ་མགོན་པོས་སྐྱབས་  
མཛོད་ཅིག །གཙོ་བོ་དྲེ་རྩེ་པ་སྟེ། །ཐུགས་རྩེ་ཆེན་པོའི་བདག་ཉིད་ཅན། །  
འགོ་བའི་གཙོ་ལ་བདག་སྐྱབས་མཆི། །བདག་དང་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་  
སྐྱུ་གསུང་ཐུགས་ཅུ་བ་དང་ཡན་ལག་གི་དམ་ཚིག་ཉམས་པ་ཐམས་ཅད་མཐོལ་  
ལོ་བཤགས་སོ། །སྤྱི་གླིང་ཉེས་ལྟར་བྱི་མའི་ཚོགས་ཐམས་ཅད་བྱང་ཞིང་དག་  
པར་མཛད་དུ་གསོལ། །ཞེས་གསོལ་བ་བདེ་བས་དྲོ་རྩེ་སེམས་དཔའི་ཞལ་  
ནས་རིགས་ཀྱི་བྱ་ཁྲིད་ཀྱི་དམ་ཚིག་ཉམས་ཆགས་ཐམས་ཅད་དག་པ་ཡིན་ནོ་  
ཞེས་གནང་བ་བྱིན་ནས་རང་ལ་ཐིམ་བས་རང་དང་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་དྲོ་  
རྩེ་སེམས་དཔའི་སྐྱུར་གྱུར་པར་བསམ་ལ་ཡིག་དྲུག་བཞུ། མཐར་ དགོ་བ་འདི་ཡིས་  
སྐྱུར་དུ་བདག །དྲོ་རྩེ་སེམས་དཔའ་འགྲུབ་གྱུར་ཤོག་པར། །བདག་དང་སེམས་  
ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི། །དམ་ཚིག་ཉམས་ཆགས་ཀུན་དག་ཅིང། །འདི་ནས་བྱང་  
ཆུབ་སྒྲིང་པོའི་བར། །དམ་ཚིག་རྣམ་པར་དག་པར་ཤོག །ཅིས་ཤོགས་སྒྲོན་ལམ་  
གདབ་པོ། ॥

༡ ལྷ་མའི་རྣལ་འབྱོར་ནི། ཡེ་མ་རྟོ། རང་སྣང་དག་པ་རབ་འབྱམས་ཞིང་ཁམས་  
སྟ། །རང་ལུས་དྲོ་རྩེ་རྣལ་འབྱོར་མར་གསལ་བའི། །སྤྱི་བོར་ཆུ་སྐྱེས་འདབ་  
སྒྲིང་ཉི་ལྷའི་སྒྲིང་། །སྐྱབས་གནས་ཀུན་འདུས་ཨོ་རྒྱན་དྲོ་རྩེ་འཆང་། །དཀར་  
དམར་ཞི་འཇུག་དྲོ་རྩེ་ཐོང་བུམ་བསྐྱམས། །འོངས་སྤྱིའི་ཆས་རྩོགས་མཆོ་རྒྱལ་  
ཡུམ་དང་འབྲིལ། །སྤྱི་ལ་རང་བྱུང་རྒྱུད་སྤེའི་དཀྱིལ་འཁོར་རྩོགས། །ཅུ་བརྒྱད་

སྒྲུ་མ་མཁའ་འགྲོ་དམ་ཅན་བཅས། ཁྱིལ་གྱི་གང་ལུ་བྱེ་བ་བཞིན་དུ་བཞུགས། །  
 ར་ཡབ་གླིང་ནས་དེ་འདྲའི་ཡེ་ཤེས་པ། ཆར་ལྷར་བབ་པ་བསྒྲོམས་པའི་རྟེན་  
 ལ་ཐིམ། །ཏྲླ་ ཨོ་རྒྱན་ཡུལ་སྐོག་སྐོག་བདུན་གསོལ་འདེབས་གསུམ་མམ་བདུན་བརྗོད་པས་  
 རྒྱན་དངས་ལ་བསྐྱེམས་ནས་ཡན་ལག་བདུན་པ་བྱ་བ་ནི། རྟོ་ རུལ་སྟེང་ཡུས་བདུད་གུས་  
 པས་ཐུག་འཆལ་ལོ། ལྷང་སྟོང་གཞིར་བཞེངས་ཀྱན་བཟང་མཆོད་པས་མཆོད། །  
 ཆོ་རབས་ནས་བསགས་སྟེག་ལྷང་ཅི་མཆིས་བཤགས། འཁོར་འདས་དགོ་  
 ཆོགས་ཀྱན་ལ་རྗེས་ཡི་རངས། འགྲོ་ཁམས་རི་སྟོང་དོ་རྗེའི་སྒྲུར་བཞུགས་  
 བས། ཐབ་རྒྱས་ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་བསྒྲོར་དུ་གསོལ། དགོ་ཆོགས་མ་ཡུས་  
 སངས་རྒྱས་ཐོབ་ཕྱིར་བསྟོ། གསོལ་བཀད་བཟུ་ རུབ་ཕྱོགས་ཨོ་རྒྱན་དབང་གི་  
 ཐོ་བྱང་དུ། བདེ་གཤེགས་སྒྲུ་གསུང་ཐུགས་ཀྱི་སྒྲུལ་པ་སྟེ། འཛམ་བུའི་གླིང་  
 དུ་འགྲོ་བའི་དོན་ལ་བྱོན། རིག་འཛིན་མཁའ་འགྲོ་མང་པོའི་འཁོར་གྱིས་བསྒྲོར། །  
 བསྐྱ་འབྱུང་གནས་ཀྱི་ལྷ་ཆོགས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། ཨོ་རྒྱན་བསྐྱ་འབྱུང་  
 གནས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། བདག་ལ་དབང་བསྒྲུར་བྱིན་གྱི་བསྐྱབ་ཏུ་གསོལ།  
 ཞེས་མོས་གུས་གདུང་ཤུགས་དུག་པོས་གསོལ་བ་བཏབ་ཅིང་འོད་ཟེར་བདུད་ཅིའི་རྒྱན་གྱིས་སྒྱིལ་ནས་དབང་  
 བསྒྲུར་བྱིན་གྱིས་བསྐྱབས་པར་བསམ། གཞན་ཡང་ཨོ་རྒྱན་ཆེན་པོ་དང་ཡི་དམ་གང་ཡང་རུང་བ་དབྱེར་མེད་  
 ཀྱི་སྒྲུ་མའི་རྣལ་འབྱོར་ལ་དབེར་མཆོན་ན་རྟ་མགིན་ལྷ་བུ་ལ་རོ་བོ་ཨོ་རྒྱན་ཆེན་པོ་ལ་རྣམ་པ་རྟ་མགིན་དུ་  
 གསལ་བཏབ་ལ། དམར་ནག་གྲུ་གསུམ་དབང་གི་ཆོགས་རྒྱད་ཐུག་པོའི་རྗེས་སྟེ། བདག་  
 ལ་དབང་བསྒྲུར་བྱིན་གྱིས་བསྐྱབ་ཏུ་གསོལ། ཞེས་སྒྲུར་བའི་ཆོག་བདུན་པོས་གསོལ་  
 བ་བཏབ། དེ་བཞིན་གཤིན་རྗེའི་གཤེད་ལ། མཐིང་ནག་ཨོ་ལས་སྐོགས་བགོལ། ཐུན་མཐར་དབང་

ཀུན་མཁྱེན་མི་ཤམ་རྒྱ་མཚོའི་གསུང་འབུམ།

བཞིལེན་པའི། སྤྱ་མའི་གནས་གསུམ་ཡི་གོ་འབྱུག་སུམ་ལས། འོད་ཟེར་དཀར་  
དམར་མཐིང་གསུམ་བྱུང་ནས་སྟ། རང་གི་གནས་གསུམ་ཐིམ་པས་བྱིན་གྱིས་  
བརྒྱབས། སྤྱར་ཡང་སྤྱ་མ་འཁོར་བཅས་འོད་དུ་ལྷ། ཚངས་པའི་ལམ་ནས་  
སྟིང་གི་ཐིག་ལེར་ཐིམ། སྤྱ་མའི་ཐུགས་དང་རང་སེམས་དབྱེར་མེད་པ། སེམས་  
ཉིད་གཏུག་མ་ཚོས་སྤྱི་རང་བཞག་པས། སྤྱིབ་པ་བཞི་དག་དབང་བཞིའི་ཡོ་  
ཤེས་ཐོབ། ལམ་བཞི་འབྱོངས་ཤིང་སྤྱ་བཞི་མདོན་གྱུར་པའི། བྱིན་རྒྱབས་  
དབང་བསྐྱར་མ་ལུས་ཐོབ་པར་གྱུར། ཅིས་བསམ་ལ་བརྟ་གུ་རྩ་ཅི་རིགས་བགྲང་མཐར།  
སྤྱི་བ་ཀུན་ཏུ་ཡང་དག་སྤྱ་མ་ལོགས་སྟོན་ལམ་གདབ་པར་བྱོ། སྟོན་འགྲེའི་དག་འདོན་འདི་  
ནི་མི་ཤམ་འཇམ་དབལ་དགེས་པས་བསྐྱེདས་བ་དགོ་ལེགས་འཕེལ། །

ཚིག་བདུན་གསོལ་འདེབས་དང་འབྲེལ་བའི་སྒྲ་མའི་རྣལ་འབྱོར། ༩༡

༥ ཚིག་བདུན་གསོལ་འདེབས་དང་འབྲེལ་བའི་སྒྲ་མའི་  
རྣལ་འབྱོར་བྱིན་རྒྱལ་ཆར་འབེབས་  
བཞུགས་སོ། །

ཞུ་ རང་ལུས་ཐ་མལ་གནས་པའི་མདུན་མཁའ་ལ། ཁོ་རྒྱུན་བྱི་མེད་རྒྱ་ནག་གོ་  
ཤའི་མཚོ། གཏིང་ཟབ་ཡན་ལག་བརྒྱད་ལྔ་རྒྱས་གང་བའི། དབུས་སུ་རིན་  
ཆེན་པད་སྤོང་འདབ་རྒྱས་སྤྱོད། སྒྲུབས་གནས་ཀྱན་འདུས་ཁོ་རྒྱུན་དོ་རྩེ་འཆང་།  
མཚན་དཔེའི་དབལ་འབར་མཚོ་རྒྱལ་ཡུམ་དང་འབྲེལ། བྱུག་གཡས་དོ་རྩེ་  
གཡོན་པས་ཐོད་བུམ་བསྐྱམས། དར་དང་རིན་ཆེན་རུས་པའི་རྒྱན་གྱིས་མཛེས།  
འོད་ལྗེའི་གློང་ན་བདེ་ཆེན་གཟི་བྱིན་འབར། །འཁོར་དུ་ཅ་གསུམ་རྒྱ་མཚོ་  
སྒྲིན་ལྟར་གཏིབས། བྱིན་རྒྱལ་སྤྱུགས་རྩེའི་ཆར་འབེབས་བདག་ལ་གཟིགས།  
རྒྱལ་ཀྱན་ངོ་བོ་འཆི་མེད་ཡེ་ཤེས་སྒྲུབ། གཏུང་བྱུགས་བྱུག་པོས་དད་བྱུག་  
ཏྲག་ཏུ་འཆེལ། ལུས་དང་ལོངས་སྤྱོད་དུས་གསུམ་དགེ་བའི་ཚོགས། ཀྱན་  
བཟང་མཚོད་པའི་སྒྲིན་དུ་དམིགས་ནས་འབུལ། ཐོག་མེད་ནས་བསགས་  
སྤྲིག་ལྟར་མ་ལུས་བཤགས། སྒྲས་བཅས་རྒྱལ་བ་ཀྱན་གྱི་ཡོན་ཏན་གྱི། བྱུང་  
བདག་གཅིག་སྤུ་མགོན་པོའི་རྣམ་ཐར་ལ། སྦྱིང་ནས་ཡི་རང་དད་པས་གསོལ་  
འདེབས་ཤིང་། ཟབ་རྒྱས་ཆོས་ཀྱི་ཆར་ཆེན་འབེབ་པར་བསྐྱུལ། རང་གཞན་  
དགེ་བའི་དངོས་པོ་ཀྱན་བསྐྱེད་ནས། འགོ་ཁམས་རྒྱ་མཚོ་རི་སྤྱིད་གནས་གྱི་

བར། །མགོན་པོ་ཁྱེད་ཀྱི་ཆུ་ཐར་རྗེས་བསྟེན་པ་ཏེ། །མཁའ་ཁྱབ་འགོ་བ་  
 འདྲེན་པའི་དོན་དུ་བསྟོ། །སྐབས་གནས་ཀུན་འདུས་མཁྱེན་བཙུང་འགྲེང་ཆེན་  
 པོ། །དུས་ངན་སྟེགས་མའི་སྐབས་གཅིག་རིན་པོ་ཆེ། །ལུ་བདོའི་རྒྱད་པས་  
 མནར་བཞིན་གདུང་བྱགས་ཀྱིས། །གསོལ་འདེབས་བྱ་ལ་བཙུང་བས་ལྷུང་དུ་  
 གཟིགས། །དགོངས་པའི་གྲོང་ནས་བྱགས་རྗེའི་ཅུལ་ལྷུངས་ལ། །མོས་ལྷན་  
 བདག་གི་སྟིང་ལ་བྱིན་ཀྱིས་རྫོབས། །དྲགས་དང་མཚན་མ་ལྷུང་དུ་བསྟན་པ་  
 དང་། །མཚོག་དང་ཐུན་མོང་དངོས་གྲུབ་སྟུལ་དུ་གསོལ། །ཞེས་བྱས་ལ་ཆོག་བདུན་  
 གསོལ་འདེབས་ཅི་ལུས་སྟུངོན། །མོས་གྱུས་ཀྱིས་གསོལ་བ་བདེ་བས་སྒྲུལ་ལ་བཟུམ་གྱི་སྟུང་  
 མཚམས་དང་། །བྱགས་ཀ་ནས་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་འོད་ཟེར་སྣ་ལུ་བ་ཐག་ལྷར་འཁྱུང་བ་རང་གི་སྟིང་  
 གར་ཐིམ་པས་རྒྱུད་བྱིན་ཀྱིས་བརྒྱབས་པར་བསམ། །བརྟུ་ཅུ་ཅི་རིགས་བརྒྱ་ཐུན་མཐར། །སྒྲ་  
 མའི་གནས་གསུམ་ཡི་གོ་འབྲུ་གསུམ་ལས། །འོད་ཟེར་དཀར་དམར་མཐིང་  
 གསུམ་བྱུང་ནས་སྟ། །རང་གི་གནས་གསུམ་ཐིམ་པས་རྫོག་གསུམ་གྱི། །སྒྲིབ་  
 བྱང་སྟུ་གསུང་བྱགས་ཀྱི་དོ་རྗེར་བྱུང་། །མཐར་འཁྱིལ་ལའོར་བཅས་འོད་དུ་  
 ལུ། །དཀར་དམར་ཐིག་ལེ་རྩྱུ་གིས་མཚན་པ་སྟ། །རང་གི་སྟིང་གར་ཐིམ་པས་  
 སྒྲ་མའི་བྱགས། །རང་མེས་དབྱེར་མེད་ལྷན་སྟེན་ཆོས་སྒྲུང་གནས། །ཨ་  
 ལྷ་ཞེས་བརྗོད་ལ་ཡེ་ནས་བཙོས་བརྒྱུར་སྒྲུང་སྒྲུང་ལས་འདས་པ་རང་གི་སེམས་ཉིད་གདོད་མའི་ཆོས་སྟུ་  
 ཆེན་པོའི་རང་ལལ་བཟ། །སྒྲར་སྒྲུ་མ་ལྷ་བུའི་སྒྲུང་བ་ཐམས་ཅད་སྒྲ་མའི་རང་བཞིན་དུ་བལྟས་ལ་དགོ་བ་བརྗོ་  
 ཞིང་ཤིས་པ་བརྗོད་པས་བདེ་ལེགས་སྟུ་བྱའོ། །ཞེས་བའང་ཐམས་ཅད་འདུལ་ཅས་པའི་གྲོ་བཞིན་རྒྱ་བའི་  
 ཡར་ཆོས་བརྒྱད་ལ་ཆོར་བས་ཐམས་ཅད་དུ་གྱུ་དུ་བརྒྱའི་བྱན་དུ་སྟོན་ལམ་འདེབས་པ་མི་ལམ་རྣམ་པར་རྒྱལ་  
 བའི་ཡིད་ཀྱི་མཚོ་ལས་བྱུང་བ་དགའོ། །མཛེས་ལོ། །

དོ་རྩེའི་ཚོགས་བདུན་དང་འབྲེལ་བའི་ཚོགས་མཆོད་དཔལ་གྱི་བུམ་བཟང་། ༢༡

༥ དོ་རྩེའི་ཚོགས་བདུན་དང་འབྲེལ་བའི་ཚོགས་མཆོད་  
དཔལ་གྱི་བུམ་བཟང་བཞགས་སོ། །

གཙང་ཚོགས་ཅི་འཕྱོར་བའི་དམ་ཆས་བཤམས་ལ། རྩྱུ་ཡུལ་ས་ཚོས་དབྱིངས་དང་མཉམ་  
ཀ་བླ་ལར། རྩྱུ་ཡུལ་ས་སྤང་བྱིད་འདོད་ཡོན་ཚོགས་སུ་བཤམས། རྩྱུ་གིས་བདེ་  
ཆེན་ཡེ་ཤེས་པོལ་བར་བསྐྱར། རྩྱུ་ཡུལ་ས་ཚུ་གསུམ་ལྟ་ཚོགས་དབྱིས་བ་བསྐྱར། །  
ཚོ་ཡུལ་རྩྱུ་རྩྱུ་ས་ཕྱིན་གྱིས་བསྐྱར། ཚོགས་ཁོང་སྐྱོན་འདྲན་ཁོང་མཆོད་བ་འབྲེལ་བའི། རྩྱུ་ རྩྱུ་རྩྱུ་  
ཡུལ་གྱི་རྩལ་བྱང་མཆོམས་། བསྐྱར་གེ་སར་སྤོང་པོ་ལ་། ཡ་མཆོན་མཆོག་གི་  
དངོས་གྲུབ་བརྟེས་། བསྐྱར་འབྱུང་གནས་ཞེས་སུ་གསུམ་། འཁོར་དུ་མཁའ་འགོ་  
མར་པོས་བསྐྱོར་། བྱིད་གྱི་རྩེས་སུ་བདག་སྐྱབ་གྱིས་། འདོད་ཡོན་ཚོགས་ལ་  
སྐྱོན་འདྲན་ན་། བྱིན་གྱིས་སྐྱོབས་ཕྱིར་གསེགས་སུ་གསོལ་། གནས་མཆོག་  
འདི་རུ་བྱིན་པོལ་ལ་། ཚོགས་མཆོད་ཡེ་ཤེས་བདུད་རྩིར་བསྐྱར་། སྐྱབ་མཆོག་  
བདག་ལ་དབང་བཞི་བསྐྱར་། བཞགས་དང་ལོག་འདྲན་བར་ཆད་སོལ་། མཆོག་  
དང་སྐྱོན་མོང་དངོས་གྲུབ་སྐྱོལ་། རྩྱུ་སྐྱོལ་མ་རྩེ་བཅུན་བསྐྱོད་ཐོད་ཐོང་རྩལ་། རིག་  
འཛིན་མཁའ་འགོ་འཛིན་ཚོགས་དང་བཅས་བ་ཡི་། རྩྱུ་གསུམ་ཀུན་འདུས་རྒྱལ་  
བའི་དབྱིལ་འཁོར་ལ་། མས་གྲུས་གདུང་ཤུགས་དྲག་པོས་གསོལ་བ་འདེབས་།  
བདག་གཞན་སྐོ་གསུམ་དགོ་ཚོགས་འོངས་སྐྱོད་བཅས་། སྤང་བྱིད་འདོད་

ཀུན་མཁྱེན་མི་ཡམ་རྒྱ་མཚོའི་གསུང་འབུམ།

ཡོན་དགེས་དགུ་མ་ཚང་མེད་ཀྱང་བཟང་བདེ་ཆེན་ཆོག་གས་ཀྱི་འཁོར་ལོར་  
འབུལ་། ཐུགས་བརྩེས་དགེས་བཞེས་ཐུགས་དམ་སྒོར་གྱུར་ཅིག་། གསོལ་བ་  
འདེབས་སོགས་ཀྱི་རྩིན་པོ་ཆེ་ བྱིན་གྱིས་རྫོབས་ཤིག་རིག་འཛིན་མཁའ་འགྲོའི་  
ཆོག་སེལ་། མོས་ལྷན་བུ་ལ་མཆོག་ཐུན་དངོས་གྲུབ་སྟོལ་། དམ་ཆོག་ཉམས་ཆགས་  
ཐམས་ཅད་སྦྱང་དུ་གསོལ་། བྱིན་དགས་དཔའི་བར་ཆད་དབྱིངས་སྒྲོལ་།  
བྱང་ཆུབ་བར་དུ་འབུལ་མེད་རྗེས་འཛིན་ཞིང་། །ཆོ་བསོད་ཉམས་རྟོགས་ཡར་  
ངོའི་རྒྱ་བཞིན་འཁེལ་། །བསམ་བ་ལྷན་གྱིས་འགྲུབ་བར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས་།  
ཨོྭ་ཨུ་ཧྲཱི་བཟླ་གྱི་རུ་བླ་མི་རྩི་ཧྲཱི་ ཞེས་བའདག་ཟེར་འབྲུག་གི་ཡོད་དཔོ་རྒྱའི་ཆོས་བརྒྱལ་འཇམ་  
དཔལ་དགེས་པའི་ཡིད་གྱི་མཆོ་ལས་བྱུང་བའི་ནོར་བུ་བསམ་འཁེལ་ཡང་དག་པ་མངྒལ་། ॥

༥ དགའ་རབ་དོ་རྗེའི་སྒྲ་མའི་རྣལ་འབྱོར་ཡེ་ཤེས་ཆར་འབེབ་བཞུགས་། ཨུ། བདག་གི་  
སྤྱི་གཙུག་པད་རྒྱའི་གདན་སྟེང་དུ། །དཔལ་ལྷན་དོ་རྗེ་སེམས་དཔའ་སྒྲུལ་བའི་  
སྒྲུ། །དགའ་རབ་དོ་རྗེ་དཀར་གསལ་སྒྲུལ་སྒྲུའི་ཆས་། །མཚན་དཔེའི་དཔལ་  
འབར་ཆོས་འཆད་ཐུག་རྒྱ་ཅན། །རབ་འབྱམས་སྒྲུབས་ཀུན་འདུས་པའི་རོ་  
བོར་དམིགས་། སྟིང་ནས་གདུང་ཐུགས་དྲག་པོས་གསོལ་བཏབ་པས་། ཐུགས་  
རྒྱུད་དགོངས་པའི་བྱིན་རྫབས་འཕོས་བར་བསམ་། །ཡང་ཟབ་སྒྲ་མའི་སྟིང་  
པོ་རྟག་ཏུ་བསྒྲང་། །ཨོྭ་ཨུ་མ་ཧྲཱི་གྱི་རུ་བླ་མེ་བཟླ་རྩི་ཧྲཱི་ །བྱིན་རྫབས་  
ཡེ་ཤེས་དངོས་གྲུབ་ཐུར་དུ་ཐོབ་། །འཇམ་དཔལ་དོ་རྗེས་སྟེལ་བ་མངྒལ་། མེ་བྱ་རྒྱ་ཉེ་ཆོས་  
༡༩༥༥། །དགེ་



༡ དོ་ཨེ་སེམས་དཔའི་སྒྲུབ་ཐབས་ནི། སྒྲུབས་སེམས་ཚད་མེད་སྒྲོན་ཏུ་བཏང་། ལ། མཁའ་  
 དགྲིལ་དང་པའི་དབྱིངས་ཉི་ལྟར། །རང་རིག་ཡེ་ཤེས་བདེ་བ་ཆེ། དོ་ཨེ་སེམས་  
 དཔའ་བླ་པའི་མདོག་ །ཁིལ་མཚན་དང་དཔེ་བྱད་ལབར། །ལོངས་སྤྱོད་རྩོགས་  
 སྒྲུའི་ཆ་ལུགས་ཅན། །ཐུག་གཡས་དོ་ཨེ་ཐུགས་ཀར་གཏོང་། །གཡོན་པས་  
 དེལ་བྱ་དགྲུ་ལ་བརྟེན། །སྒྲེམ་མ་དཀར་མོ་གི་ཐོད་ཅན། །བདེ་སྤྱོད་མཉམ་  
 བར་སྦྱོར་བས་འབྱུང་། །ཡེ་ཤེས་རྒྱལ་པོ་སྤངས་དབྱལ་བསྒྲོམ། །རྒྱལ་བའི་  
 དགྲིལ་འཁོར་རབ་འབྱམས་ཀྱང་། །མ་ལུས་པར་ནི་འགྲུབ་པར་འགྱུར། །ཐུགས་  
 དབྱས་ལྷ་སྟེང་དོ་ཨེའི་དབུས། །རྩྭ་ལ་ཡི་གེ་དུག་པས་བསྒྲོམ། །སྤང་སྤྱོད་ནམ་  
 དག་བདེ་བ་ཆེ། དོ་ཨེ་སེམས་དཔའི་རང་ཏུ་སང་། མོ་བརྒྱ་ས་དུ་རྩྭ་ །རྩལ་གསུམ་  
 རྒྱལ་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོ་བོད་པལ་ལྟན་དོ་ཨེ་སེམས་དཔའི་སྤྱིང་བོ་ཡི་གེ་དུག་པ། །མཚན་འདི་གང་གིས་  
 ཐོས་པ་དེས་སྒྲོན་སངས་རྒྱལ་མང་པོ་ལ་བྱ་བ་བྱས་པ་ཡིན་ཏེ། དོ་ཨེ་སེམས་དཔའི་ཁྱིམ་པམས་སྤངས་པར་  
 འབྱུང་བ་དང་། རྒྱལ་བ་རྣམས་ཀྱི་ཕྱིན་གྱིས་སྒྲོབ་པ་དང་། ཐེག་པ་ཆེན་པོར་ངེས་པར་འབྱུང་བ་དང་། མདོན་  
 ཤེས་དང་ལྟན་ཁེད་ལྟག་མཐོང་གི་མིག་དང་ལྟན་པ་དང་། རྒྱལ་བའི་སྤྱུ་སྤངས་པ་ཡིན་ནི་ཞེས་སྤྱི་མདོ་  
 དགོངས་པ་འདུས་པ་ལས་གསུངས་ཤིང་འདི་འབུམ་ཐུག་གཅིག་བརྩོན་ན་ཅུ་པའི་དམ་ཆོག་ཉམས་པ་ཡང་  
 ཞིབར་འགྱུར་རོ་ཞེས་ཐུག་དོར་དུག་པོ་གསུམ་འདུལ་གྱི་རྒྱད་ལས་གསུངས་དེ་ཉིད་འཇུག་པ་ལས། དོ་ཨེ་  
 སེམས་དཔའི་མཚན་ཙམ་ཞིག་ །ལན་གཅིག་ཙམ་ཡང་བརྩོན་གྱུར་ན། །འདི་ནི་སྤྱང་བཟླ་ཆེན་པོ། །སྤྱང་  
 ཅིག་དོས་སྤྱབ་ཐོབ་པར་འགྱུར། །ཞེས་གསུངས། ཡི་དམ་གྱི་ལྟ་བུ་མདོ་མཆོག་དང་དབྱེས་དོར་གསང་འདུས་  
 དུས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་དཔལ་ཡང་དག་ཉེ་དུ་གསུར་པ་དོ་ཨེ་གཞིན་ཏུ་རྣམས་ཀྱང་དོ་ཨེ་སེམས་དཔའི་ཉིད་ཡིན་  
 ལ་དོ་ཨེ་སེམས་དཔའི་ཉིད་ཀྱིས་སྒྲོན་འདི་ལྟར་དམ་ཆོག་ཉམས་ཆགས་ཅན་རྣམས་ཀྱིས་དུན་དུ་བདག་པའན་  
 བས་སྒྲིབ་པ་ཐམས་ཅད་སྦྱོང་བར་ཤོག་ཅེས་སྒྲོན་ལམ་བཏབ་པས། ད་ལྟ་འདི་ཉིད་ཀྱི་ལྟ་སྤྱུགས་དཔན་པ་  
 ཙམ་གྱིས་ཉམ་ཆགས་སྤེལ་སྒྲིབ་སྦྱོང་བར་བྱེད་ཅིང་མདོར་ན་ཕྱོགས་བརྩུ་དུས་གསུམ་གྱི་སངས་རྒྱལ་ཐམས་

གུན་མཁུན་མི་ལམ་རྒྱ་མཚོའི་གསུང་འབུམ།

[illegible]

༥ དཔལ་རིང་ཚོམ་པ་རྒྱུ་ཏ་ཆེན་པོའི་སྒྲ་མའི་ནལ་འབྱོར་  
ཕྱིན་རྒྱལ་ཆར་འབེབས་པ་ལུགས།

རང་ལུས་དོ་རྗེ་ནལ་འབྱོར་མར་གསལ་བའི། སྦྱི་བོར་འདབ་སྟོང་ཉི་ཟླའི་  
དགྱིལ་འཁོར་དཔུས། རྒྱལ་ཁྱུན་མཁྱེན་རབ་དོ་བོ་འཇམ་པའི་དབྱངས། །  
རྣམ་པ་སྦྱུབས་གནས་ཁྱུན་འདུས་སྒྲ་མའི་ཚུལ། རྩོགས་ལས་རྣམ་པར་རྒྱལ་  
བའི་པ་རྒྱུ་ཏ། སྦྱོ་བའི་སེཌ་རིང་ཚོམ་ཆོས་ཀྱི་བཟང་། རྩུགས་པའི་ཆ་ལུགས་  
གསང་གོས་བེར་བྱམས་ཅན། མཐོན་མཐིང་རལ་བ་སེལ་བྱ་སྦྱུ་རྒྱུ་གོལ། །  
དགྱེས་འཇུག་མཆོན་དཔེ་གཟི་ཕྱིན་ལམ་མེ་བ། རྩུག་གཡས་མཆོག་སྦྱིན་  
བྱས་རྒྱལ་ལྟ་ལའི། སྦྱེ་བར་སྦྱོ་བསང་རལ་གྱིས་མཆོན་པ་འཛིན། རྩུག་  
གཡོན་མཉམ་བཞག་རྒྱུད་ཀྱི་སྦྱོགས་བམ་བསྒྲམས། འབས་བྱང་མི་ཕྱེད་དོ་  
རྗེའི་སྦྱིལ་ཀྱང་གིས། ཡེ་ཤེས་འོད་ལྷ་འབར་བའི་སྒྲོང་ན་བཞུགས། གནས་  
གསུམ་དོ་རྗེ་གསུམ་ཀྱི་ས་བོན་ལས། འོད་འཕྲོས་རྩ་གསུམ་རྒྱལ་བ་རབ་  
འབྱམས་ཁྱུན། རྗེ་བཙུན་སྒྲ་མ་མཆོག་གི་རྣམ་པ་ལྟ། སྦྱུན་དྲངས་དམ་ཡེ་  
གཉིས་སུ་མེད་བར་གྱུར། རིགས་རྣམས་ཁྱུན་ཀྱི་བྱུང་བདག་དོ་རྗེ་འཆང་། །  
དཔལ་མགོན་སྒྲ་མའི་འབས་ལ་ཕྱག་འཆོལ་ལོ། ཐོག་མེད་ནས་བསག་སྦྱིག་  
རྒྱུད་ཉེས་ཁྱུན་བཞགས། འདོས་འབྱོར་ཡིད་སྦྱལ་མཆོད་སྦྱིན་རྒྱུ་མཆོས་མཆོད་།

དུས་གསུམ་དགེ་བ་ཀུན་ལ་རྗེས་ཡི་རངས། །འགོ་ཁམས་རྒྱ་མཚོར་དོ་རྗེ་ལྟ་  
བུའི་སྐྱེས། །ཟབ་དང་རྒྱ་ཆེའི་ཆོས་འཁོར་བསྐྱོར་བར་བསྐྱེལ། །བདག་གིས་  
དུས་གསུམ་དགེ་བ་ཅི་བསགས་པ། །མ་ལུས་གཅིག་ཏུ་སྒྲོ་ཡིས་ཡོངས་བསྐྱོམ་  
ནས། །མ་ཁལ་བྱལ་འགོ་བའི་དོན་དུ་བྱུང་འཇུག་སྟུ། །དཔལ་ལྡན་སྤྱོད་མའི་  
གོ་འཕང་ཐོབ་ཐྱིར་བསྟོ། །འདི་ནས་བྱང་ཆུབ་སྒྲིང་པོར་མཆིས་གྱི་བར། །དཔལ་  
མགོན་སྤྱོད་མ་ཁྱེད་དང་མི་འབྲལ་ཞིང་། །བྱང་ཆུབ་ཐོབ་ཀྱང་རིགས་གྱི་བདག་  
པོ་ལྟ། །བཞུགས་ནས་འབྲལ་བ་མེད་པར་བྱིན་གྱིས་རྒྱོབ་ས། །འཇམ་དཔལ་  
མཁྱེན་པའི་ཉི་མ་སྒྲིང་ལ་ཤར། །སྒྲིང་རྗེའི་གཏེར་ཆེན་ཡིད་གྱི་མཚོ་འཕེལ་  
ཞིང་། །མཐུ་སྟོབས་དོ་རྗེ་འཛོན་པས་དབང་བསྐྱུར་ནས། །རིག་འཛོན་གོ་འཕང་  
གྲུབ་པར་བྱིན་གྱིས་རྒྱོབ་ས། །མདོ་རྒྱུད་སྦྱིད་དང་བྱུང་པར་སྤྲུལ་འགྱུར་གྱི། །རྒྱུད་  
ལུང་མན་དག་ཟབ་མེད་དགོངས་པའི་དོན། །ཡིད་ལ་རྩོལ་མེད་དང་གིས་འཆར་  
བ་ཡི། །བྱིན་རྒྱལ་ས་དབང་བསྐྱུར་སྟོལ་ཅིག་བརྗེ་ཏ། །རིགས་གསུམ་དབྱེར་  
མེད་དཔལ་ལྡན་ཆོས་གྱི་རྗེ། །ཁྱེད་ལ་གསོལ་བ་བཏབ་པ་ཅམ་གྱིས་ཀྱང་། །  
བྱིན་རྒྱལ་ས་སྤང་བ་མདོན་སུམ་མཐོང་ཞེས་གྲགས། །ཐུགས་དམ་དགོངས་  
པས་གཞིགས་ཤིག་རིན་པོ་ཆེ། །དང་སངས་སྤྲིགས་མ་ལྟ་མདོའི་མཐུས་མནར་  
བས། །བསྟན་པ་གནས་ཀྱང་རྟོན་པ་བཞི་དང་བྲལ། །བདེ་གཤེགས་དགོངས་  
པའི་ཟབ་དོན་རྟོན་དཀའ་བས། །དོན་བརྒྱུད་བྱིན་རྒྱལ་ས་བདག་ལ་འཕོ་བར་  
མཛོད། །བདག་ཀྱང་སྦྱོང་བ་ཀུན་ཏུ་མགོན་ཁྱེད་གྱི། །རྒྱལ་ས་ཆེན་ཐིན་ལས་

སྤྲུལ་པའི་བྲན་གྱུར་ནས། །བསྟན་དང་བསྟན་པའི་སྤྲུལ་པོ་ནང་རྒྱུད་གསུམ། །  
མཁའ་ཁྱབ་ཁིང་དུ་འཛིན་སྤྲུངས་སྤྲུལ་གྱུར་ཅིག །ཅེས་གསལ་བ་དྲག་ཏུ་བཏབ་ལ།  
སྤྲུལ་པའི་ཐུགས་ཀར་སྤྲུལ་སྤྲུལ་ལྟེ་ལྟེ་ཡིག་མཐར། །གསང་སྤྲུལ་སྤྲུལ་པོས་བསྐྱོར་  
བའི་འོད་ཟེར་གྱིས། །ཅུ་གསུམ་རྒྱལ་བ་ཀུན་གྱི་ཕྱིན་རྒྱལ་བ་ཅུད། །སྤྲུང་  
སྤྲུལ་ཐེང་ཐུག་མཚན་རྣམ་པ་སྤྱ །ཆར་ལྟར་བབ་བ་སྤྲུལ་པའི་སྤྲུལ་པའི་ཐེམ། །  
དེ་ལས་ཡེ་ཤེས་བདུད་ཅིའི་རྒྱུར་བབ་པས། །སྤྲུག་སྤྲུང་ཐུགས་གྱི་ཕྱིན་རྒྱལ་བ་  
ཐོབ་པར་གྱུར། །ཅེས་དམིགས་པ་དང་མེས་གུས་དྲག་པོས། ཨོྃ་ཨུཾ་ཧཱུྃ་མ་དུ་གྱུ་རུ་ཆུ་  
ལྷ་དྲ་མཐ་མི་རྩི་རྩི་ཨེས་དང་སྤྲུལ་པའི་དམ་སྤྲུག་རྒྱལ་ལ། ཨོྃ་ཨུཾ་ཧཱུྃ་མ་དུ་གྱུ་རུ་ཆུ་  
ལྷ་དྲ་མཐ་མི་རྩི་རྩི་ཨེས་དེ་གའི་འཛིན་ཡོངས་ཀྱི་སྤྲུག་སྤྲུགས་ལ། །སྤྲུལ་པའི་མཚན་  
སྤྲུགས་བསྐྱར་བ་འདི། །རྒྱུད་དང་རྒྱུལ་ཆེན་དགོངས་པ་ཡིན། །དངོས་གྲུབ་ཐོབ་ལ་སོམ་ཉི་མེད། །ཐུན་  
མཐར་དབང་བཞི་ལེན་ཁིང་ཐུགས་ཡིད་བསྐྱེས་པའི་རང་རང་གི་སེམས་ཉིད་འཛོལ་པོས་མེད་བ་གཉུག་མ་  
བྱང་རྒྱལ་སེམས་ཀྱི་དོན་ལ་མཉམ་པར་བཞག་ཅིང་དེ་ལས་ལྷང་བ་དང་དགོ་བ་བསྐྱེ་ལྟེ་བཀྲ་ཤིས་བརྗོད་  
ཅིང་། དུས་རྒྱུན་དུ་འད་སྤྲུལ་པའི་སྤྲུང་བ་དང་རང་སེམས་འདྲེས་པའི་ཉམས་སྤྲུང་ལ་ཉམས་སེམས་ལེན་སྤྲུང་པོར་  
བུའོ། །རྒྱལ་འདི་ལ་མཚོག་ཏུ་མོས་པ་ལུང་དང་ཤིགས་པ་སྤྲུལ་ཁིང་རྒྱུལ་པ་ལ་བཙོན་པ་མདོ་སྤྲུགས་ཀྱིས་བསྐྱུ་ལ་  
རོར། །མཚུངས་མེད་མ་དུ་བརྒྱུ་ཆེན་པོའི་རྗེས་སྤྲུལ་འཇུག་པར་ཁས་འཆེ་བ་མི་ཐམ་རྣམ་པར་རྒྱལ་བས་སྤྲུ་  
ཆོས་བཟང་པོ་ལ་བྱིས་པ་དགོའོ། །མཛུ་ལོ། །

༥ མཁན་ཆེན་ཡབ་ཕྱུག་གི་སྒྲ་མཛིན་ལ་འབྱོར་བྱོན་  
སྒྲ་ལ་གྲུ་ཆར་བཞུགས་སོ། །

[illegible]

གི་རྒྱུར་བསྐྱོལ། །མཁུན་རབ་དབང་ལྷག་འཇམ་དཔལ་གཞོན་ལུ་ཉིད། །བཙེ་  
བའི་གཏེར་ཆེན་ལྷག་ན་བསྐྱེད་དོས། །མཐུ་སྟོབས་རྣམས་པའི་དབང་ལྷག་དོ་རྩེ་  
འཛིན། །རིགས་གསུམ་དབྱེར་མེད་སྒྲ་མར་གསོལ་བ་འདེབས། །མད་བྱུང་  
ཤིང་ཏྲ་གཉིས་ཀྱི་གཞུང་བཟང་པོ། །དགོངས་པ་གཅིག་ཏུ་སྒྲུབ་པའི་སྒོལ་འབྱེད་  
བཤ། །འཕགས་ལུལ་མཁས་རྣམས་གཙུག་གི་རྒྱན་གཅིག་ལུར། །རྒྱལ་མཚན་  
ཏོག་ལྟར་འཕགས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །གདུལ་དཀའ་བོད་ལུལ་མུན་པའི་  
སྒྲག་རུམ་དུ། །སངས་རྒྱས་བསྟན་པའི་ཉིན་བྱེད་གསལ་མཛད་ཅིང་། །ཡང་  
ནས་ཡང་དུ་སྒྲོང་བར་ཞལ་བཞེས་བ། །བཀའ་དྲིན་འགུན་སྒྲུབ་ལ་གསོལ་  
བ་འདེབས། །བསིལ་ལྷན་ར་བས་མཛེས་པའི་ལུལ་འདི་ན། །མགོན་པོ་གང་  
ལ་དད་ཅིང་དྲིན་གཞོའི་སེམས། །གནས་པ་སྤྱིད་དུ་རྒྱལ་བསྟན་མི་ཉམས་  
ཞེས། །ཡུང་བསྟན་བདེན་ཆོག་བསྒྲགས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །གང་གི་  
སྒྲ་མཚོག་གཙུག་ཏུ་ལེགས་བསྟོམ་ན། །ཚུལ་ཁྲིམས་རྣམ་དག་དགེ་འདུན་འདུ་  
བ་འཕེལ། །སྤྱིང་གར་བསྟོམ་ན་ཤེས་རབ་མཚོག་ཐོབ་ཅེས། །བདེན་པའི་  
ཞལ་བཞེས་མངའ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །སྟིགས་མའི་དུས་སུ་རྒྱལ་བསྟན་  
དམས་གྱུར་ནས། །དགེ་འདུན་སྡེ་རྣམས་ཤིན་ཏུ་ཉམ་ཐག་ཆོ། །སྟོན་པ་མཚོག་  
དང་ད་ཉིད་བྱས་ཀྱིས་དང་། །སྒྲོབ་པར་འགྱུར་ཞེས་དོ་རྩེའི་ཆོག་ཏུ་གསུངས། །  
དེ་བྱིར་སྒྲ་མེད་མགོན་པོ་བྱིད་ཉིད་ལ། །གདུང་བའི་བུ་རྒྱུང་མ་ལ་རེ་བ་བཞེན། །  
སྟིགས་མས་གཅོས་ཤིང་བསྟན་ཞབས་སྟེས་པ་རྣམས། །ཁྱུས་པའི་ལུས་ཀྱིས་

གསོལ་བ་འདེབས་ལགས་ན། །རབ་འབྱམས་རྒྱལ་བའི་ཞིང་ཀུན་ཁྱབ་བ་ཡི། །  
རྒྱལ་བའི་དམ་ཚིག་འཛིན་བའི་རྣམ་པོལ་ཅན། །མགོན་པོ་ཁྱེད་ཀྱི་བྱིན་རྒྱབས་  
བདུད་ཅིའི་སྒྲིན། །ཚིག་བའི་ཡིད་ཀྱི་མཁའ་ལ་སྒྲུང་བར་མཛོད། །ཟབ་དོན་  
དབུ་མར་ལྟ་བའི་མིག་བསྐྱད་ཅིང་། །རྣམ་དག་ཚུལ་ཁྱིམས་གོས་བཟང་གཙང་  
མས་མཛེས། །དྲིང་འཛིན་བཟང་པོའི་ལུས་སྟོབས་ཡོངས་རྫོགས་ཏེ། །རྒྱལ་  
བའི་བརྟན་ལ་བྱ་བ་བྱེད་པར་ཤོག །སྡེ་སྡེ་དག་སྐུ་མཁས་བསྐྱབ་བ་གསུམ་  
ལྟན་པའི། །དག་འདུན་འདུ་བ་ཡར་ཐོའི་རྒྱ་ལྟར་འཕེལ། །བཤད་དང་སྒྲུབ་  
བ་མཚེག་གི་བརྟན་པའི། །དབྱར་གྱི་ཚུག་ཏེར་ལྟ་བུར་རྒྱས་གྱུར་ཅིག །རྒྱལ་  
སྐུ་ཀུན་ཏུ་བཟང་དང་འཇམ་དབྱངས་བཞིན། །རྒྱལ་བའི་ཚིག་མཛོད་མ་  
ལུས་འཛིན་བ་དང་། །རྫོགས་སྒྲིན་སྤངས་བ་རྒྱ་མཚོའི་མཐར་ཕྱིན་ནས། །ལྷུང་  
དུ་རྒྱལ་བའི་དབང་པོར་འགྲུབ་གྱུར་ཅིག །ཅིས་པའི་དོན་ལ་དམིགས་པའི་སྒོ་དང་མ་བུལ་  
བར་སྒྱུ་པོའི་བླ་མ་འཁོར་བཅས་ཀྱི་སྐྱེ་ལས་ལྷུང་བའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་འོད་ཟེར་དང་ལ་ཐིམ་བས་སྒོ་གསུམ་བྱིན་  
གྱིས་བརྒྱབས་པར་བསམ་ལ། །ཨོ་མ་དུ་གྲུ་བྱ་བོ་རྩིས་དུ་བཞིན་དུ་ཉ་སྐུ་བ་པ་རྩ་རྩ་  
ན་མི་རྩི་རྩི། །ཞེས་ཅི་ལུས་བསྐྱུས་མཐར། །སྒྱུ་པོའི་བླ་མ་འཁོར་བཅས་འོད་ཀྱི་ལྷ། །རང་ལ་ཐིམ་བས་  
རང་མེམས་གདོད་མའི་གཤིས། །སྒྲེ་ཤག་ག་དང་བུལ་འོད་གསལ་ལག་ཏུ་མ་ཆེ། །རྒྱང་འཕྲག་དབུ་མའི་དོན་  
ལ་མཉམ་བར་བཞག །ཨྲཱ་ཨྲཱ་སྒྲུང་ཡང་སྒྲུང་བ་ཐམས་ཅད་སྒྲུ་མའི་རང་བཞིན་དུ་སྐྱེ་ལྟ་བུར་ཤེས་  
བའི་རང་ནས་དག་བའི་རྩ་བ་བརྩོ་ཞིང་སྒྲོན་ལམ་གྱི་ཁྱེད་པར་དུ་མས་རྒྱས་གདབ་པར་བྱའོ། །ཞེས་བཤང་།  
བསྐྱབ་གསུམ་རིན་པོ་ཆེས་ཐུགས་རྒྱད་ལེགས་པར་མཛེས་བ་འཕེན་པར་ཞབས་དྲུང་རིན་པོ་ཆེས་བཀྲ་ཤིས་  
བའི་ལྟ་ལེག་བཅས་བཀའ་ཡི་བསྐྱེད་མ་གནང་བ་ལས། །དཔལ་ལྷན་གྱུ་བ་སྤྱི་ཚོས་གྲུ་ཆེན་པོར་གྲིང་ལྷག་



ཆོ་འབྲུལ་རྒྱ་བའི་ཡར་ཆོས་བཅུ་གཅིག་པ་རྒྱལ་དང་ལྷན་པའི་འབྲུལ་ཕྱོད་བཟང་པོའི་སྒྲ་ཆར་འཇམ་དཔལ་  
དབྱེས་པའི་དོན་རྗེས་སྒྲེལ་བ་འདིས་སངས་རྒྱལ་གྱི་བརྟན་པ་རིན་པོ་ཆེ་ཡོགས་ཀྱི་ནས་རྒྱལ་བར་ལྷུང་ཅིག  
མཛད་ལོ། །

༥ པཎ་ཆེན་སྒྲི་ཏིའི་སྒྲ་མའི་ནལ་འབྱོར་དངོས་གྲུབ་གཏོར་ཆེན་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས། ལྷ་ རང་  
ལུས་དོན་རྗེས་འབྱོར་མར་གསལ་བའི། སྒྲི་བོར་ཚུ་སྒྲེས་ཉི་ལྔའི་གདན་གྱི་  
སྟེང་། སྒྲུབས་གནས་ཀྱི་འདུས་པཎ་ཆེན་སྒྲི་ཏིའི་ཁཔས། །རབ་བྱུང་ཆ་ལུགས་  
པཎ་ཁུ་མཉམ་བཞག་ཅན། །ཐུགས་ཀར་སྒྲེ་མེད་དོན་རྗེའི་ཡི་གེས་མཛན། །  
ཤངས་ནས་ཡེ་ཤེས་རྒྱུད་ལྷའི་འོད་ཟེར་ཅན། །བདེ་དོད་ཕྱིན་རྒྱབས་གཟི་ཕྱིན་  
ལམ་མེར་གསལ། །མོས་གྲུས་གདུང་ཤུགས་དྲག་པོས་གསོལ་བ་འདེབས། །  
ལུས་དང་ཡོངས་སྟོང་དུས་གསུམ་དགེ་ཆོགས་བཅས། སྒྲུབས་མཆོག་ཁྱེད་  
ལ་གདན་དུ་འབུལ་བཞིན་ན། །བྱང་ཆུབ་བར་དུ་འབུལ་མེད་རྗེས་འཛིན་ཅིང་། །  
མཆོག་དང་ཐུན་མོངས་དངོས་གྲུབ་ད་ལྟ་སྟོན། །ཅེས་མོས་གྲུས་ཅེ་གཅིག་བས། ཨོ་  
ལྷ་རྒྱ་བཟོ་མ་དུ་གྲུ་དུ་སྒྲི་ཏི་རྩོམ་སྒྲི་ཏི་རྩོམ་སྒྲི་ཏི། རིག་འཛིན་སྒྲ་མའི་སྒྲིག་སྟེང་ལ། །མཛན་  
གྱི་ཡི་གེས་བརྒྱན་པ་ཡིས། །དོན་རྗེའི་ཡི་གེ་དགུ་འབྲུག་ཤུག་གཉིས། །བརྒྱས་བས་དངོས་གྲུབ་སྒྱུར་དུ་  
ཐོབ། །མཐར་སྒྲ་མ་དང་རང་སེམས་དབྱེར་མེད་གྱི་མཉམ་བཞག་རིན་པ་ལྷུ་བསྒྱུར་ཞིང་། ཐུན་མཛོམས་སྒྲ།  
སྒྲེ་བ་ཀྱི་ཏུ་ཡང་དག་སྒྲ་མ་དང་སོགས་ཀྱིས་བཟོ་སྒྲོན་ནས་པར་དག་བས་རྒྱས་གདབ་པར་  
བྱལ། །ཞེས་བའང་པཎ་ཆེན་སྒྲི་ཏིའི་སྒྲ་གཞུགས་མཛོད་སྟོང་ཆེན་པོའི་ཉི་ཆར་དང་ལྷན་ཀྱིས་དབང་རྒྱལ་ནས་  
བཀྲ་ཤིས་པའི་ལྷ་རྩེས་བཅས་བསྒྲུལ་བའི་དོར། །འཇམ་དབྱངས་ནས་པར་རྒྱལ་བས་རིང་མོ་ནས་པཎ་ཆེན་  
འདི་ཉིད་ལ་མོས་བས། དན་ཐང་གི་ཆོས་སྡེ་དེ་ཉིད་དུ་ཕྱིས་པ་དགེ་ལེགས་འཕེལ། །

༥ འཕགས་ལུལ་མཁས་དང་གྲུབ་པའི་བྱ་མཚོ་གཞི། མཁྱེན་བཙུན་ལ་  
མཚུངས་མེད་ཚོས་ཀྱི་རྗེ། འཕགས་ཕྱིན་རྒྱལ་པ་བདུད་ཅིའི་ཆར་འབབ་པ། །  
སྤྱི་ཏི་རྒྱ་ནའི་ཞབས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། ཞེས་པའད་དང་ལྷན་དབང་རྒྱལ་གྱི་རོང་མི་  
ལམ་པས་སྒྲེལ་བ་དགོདོ། ॥

༥ ཤིན་རུ་ཟུང་བ་ཡི་གེ་གཅིག་མའི་རྒྱུ་བརྒྱུད་བཞུགས། ཨྱ། རང་བཞིན་འོད་གསལ་  
དབྱིངས་ལས་སྐྱད་ཅིག་གིས། རང་ཉིད་འཇམ་དཔལ་དོ་རྗེ་གྲུར་གྲུམ་མདོག།  
ཐུག་གཡས་མཚོག་སྤྱིན་གཡོན་པས་ལྷུང་ལ་བསྐྱམས། འདར་དང་རིན་ཆེན་  
རྒྱན་རྩོགས་པད་རྒྱའི་སྟེང་། རོ་རྗེའི་སྤྱིལ་གྲུང་འོད་ཟེར་རབ་འཕྲོ་བའི།  
ཐུགས་ཀར་རྒྱ་སྟེང་ཡེ་ཤེས་སྟིང་པོ་གསལ། མྲི། ཞེས་གསང་སྐྱེས་རྒྱལ་པོ་ནི།  
འགྲུབ་བར་ནི་བརྒྱ་པར་བྱ། འཇིགས་པ་ཀུན་ཞི་ཆོ་བསྟོན་རྒྱས། རྒྱད་པར་འགྲོ་ཀུན་དབང་དུ་བྱེད། །  
བདུད་དང་བར་ཆད་ཐམས་ཅད་སྐྱོལ། མཚོག་དང་ཐུན་མོངས་དངོས་གྲུབ་ཀུན། འདི་ཉིད་གཅིག་ཤུས་  
འགྲུབ་བར་བྱེད། རབ་པོ་གསང་དོ་སྟིང་ལ་ཆོངས། སམ་ཡུལ། ཨྱ། རང་བཞིན་འོད་གསལ་  
དབྱིངས་ལས་སྐྱད་ཅིག་གིས། རང་ཉིད་འཇམ་དཔལ་དཔལ་འཕྲོ་བའི་མདོག།  
ཐུག་གཡས་མཚོག་སྤྱིན་གཡོན་པས་ལྷུང་ལ་བསྐྱམས། འདར་དང་རིན་ཆེན་  
རྒྱན་རྩོགས་པད་རྒྱའི་སྟེང་། རོ་རྗེའི་སྤྱིལ་གྲུང་འོད་ཟེར་རབ་འཕྲོ་བའི།  
ཐུགས་ཀར་རྒྱ་སྟེང་ཡེ་ཤེས་སྟིང་པོ་གསལ། སྤྱིད་ཞིའི་གཟུངས་དང་སྟོ་  
གྲོས་སྟོབས་པ་བསྐྱེས། རང་གི་སྟིང་གའི་ཨ་ལ་ཐིམ་པར་བསམ། ཨྱ། ཞེས་  
གསང་སྐྱེས་ཐམས་ཅད་ཀྱི། རྩ་པ་ཡི་གེའི་རྒྱལ་པོ་བརྒྱ། འདི་གྲུབ་ན་ནི་སྐྱེས་ཀུན་གྲུབ། གསང་

ཐུགས་བསྐྱར་ནས་བསྒྲས་པ་ཆོག་ལ། ཆོ་བ་མེད་པ་ལྷན་སྒྲོལ་སྒྲོལ་ཤོ་སྒྲོལ་ཆོག་ལ། ཁང་འདོད་དོས་ཀྱི་བ་  
 མཆོག་སྒྲུབ་ལོ། །ས་མ་ཡུལ་ ཡང་ན་ཨོ་ཞེས་ང་རྩོམ་དེ་སྒྲོག་ མཆོག་ ཡང་ན། ཐུགས་ཀར་སྒྲུབ་  
 རྟེན་ཀྱི་ཏུ་བཟང་མོ་ནི། ཤེས་རབ་ལ་ཕྱིན་དཀར་མོ་སྒྲིལ་གྱི་བ་ལུགས་ལ། །  
 རྒྱུ་མེད་གཅེར་བུ་མཉམ་བཞག་དོ་རྩེ་འཛིན། ཐུགས་ཀར་སྒྲུབ་པ་ཡི་གེ་འི་  
 རྒྱལ་པོ་བསམ། ཐམས་ཅད་མཉམ་ཉིད་ངང་བཞག་ཨ་ཉིད་བསྒྲུབ། ཟབ་མོ་  
 དབུ་མ་ཤེས་རབ་ལ་ཕྱིན་གྱི། དགོངས་པ་སྒྲིང་ལ་འཆར་བའི་ཐབས་ཡིན་  
 རོ། །ཨ། རང་བཞིན་འོད་གསལ་དབྱིངས་ལས་སྐད་ཅིག་གིས། རང་ཉིད་  
 འཇམ་དཔལ་གཞོན་རྩུ་འཆར་ཁའི་མདངས། རལ་གྱི་དང་ནི་ལྷུ་ལྷུ་པོ་ཉི་  
 བསྐྱམས། དང་དང་རིན་ཆེན་རྒྱུ་ཆོགས་པ་ད་སྒྲུབ་ཉིད་། རོ་རྩེ་འི་དབྱིལ་  
 གྱིང་འོད་ཟེར་རབ་འཕྲོ་བའི། ཐུགས་ཀར་སྒྲུབ་ཉིད་ཡི་ཤེས་སྒྲིང་པོ་གསལ། །  
 འཁོར་འདས་ཀྱི་བྱེ་ཤེས་རབ་དྲངས་བཅུད་བསྐྱུས། རང་གི་ཐུགས་ཀའི་ས་  
 པོན་དག་ལ་བསྒྲིལ། རྒྱུ། ཞེས་གསལ་ཐུགས་སྒྲིང་པོ་ནི། ཅི་མང་བསྒྲས་པས་དུས་ལྟར་དུ། །  
 ཤེས་རབ་གཉིད་པ་བརྟོག་པར་འཕྱུང་། ས་མ་ཡུལ་ ཡང་ན། ཨ། རང་བཞིན་འོད་གསལ་དབྱིངས་  
 ལས་སྐད་གཅིག་གིས། རང་ཉིད་འཇམ་དཔལ་གཞོན་རྩུར་གསལ་བ་ཡི། །  
 ཐུགས་དབུས་པ་ད་སྒྲུབ་ཉིད་དུ་རིན་ཆེན་ཉོག་ གསེར་མདོག་འོངས་སྒྲུའི་ཆས་  
 ཅན་མཆོག་སྒྲིབ་དང་། མཉམ་བཞག་ཐུག་རྒྱ་གསེར་གྱི་འཁོར་ལོ་བསྐྱམས། །  
 དེ་ཡི་ཐུགས་ཀར་གསེར་འཁོར་ཅི་བས་བཞི་དབུས། ཡི་ཤེས་སྒྲིང་པོ་གསལ་  
 ལ་བསྒྲས་པ་བྱ། རྒྱུ། ཞེས་རིག་པའི་རྒྱལ་པོ་བསྒྲུབ། རྒྱུ་དང་ཞི་རྒྱུ་དབང་དག་ལས། རི་

ཀུན་མཁྱེན་མི་ལམ་རྒྱ་མཆོའི་གསུང་འབུམ།

ལྷ་འོད་པ་བརྒྱུ་པ་ལས་འབྱུང་། །ཡང་། ཨ། རང་བཞིན་འོད་གསལ་ལོག་ལ། འཇམ་དཔལ་  
དཀར་པོ་འཇམ་སེར་པོ་གང་དུང་གསལ། མདོན་རྟོགས་འདོན་ཆ་འདྲ། ལ། ཞེས་གསུང་སྐད་ཀྱི་གསུང་བ་  
ཆེ། །རིག་པའི་རྒྱལ་པོ་ཅི་འགྲུབ་བརྒྱ། །ཞི་སྐྱོལ་རབ་འབྱམས་ལས་རྣམས་དང་། །ཁྱེད་པར་སྦྱང་དང་  
ཞི་དང་དགྲོལ། །གསོ་དང་ཆོ་བསྙེད་དཔར་རྣམས་འགྲུབ། །དཔར་དང་བཀྲ་ག་པས་སྦྱར་འབྱུང་བ་ཁྱེད། ས་མ་  
ལ། ཨ། རང་བཞིན་འོད་གསལ་དབྱིངས་ལས་སྐྱད་ཅིག་གིས། །རང་ཉིད་འཇམ་  
དཔལ་དཀར་པོ་རྒྱ་བའི་མདོག་ །སྐྱོལ་འདྲལ། ཐུགས་ཀར་རྒྱ་སྤྱོད་ཡེ་ཤེས་སེམས་  
དཔལ་ནི། །རྣམ་སྦྱང་དཀར་པོ་བྱང་ཆུབ་མཆོག་རྒྱ་ཅན། །དེ་ཡི་ཐུགས་ཀར་  
རྒྱ་བར་ཡི་གེ་ཨོ། །རབ་དཀར་བདུད་ཅི་འོད་ཟེར་འབར་བར་བསམ། །ཨོ།  
ཞེས་གསུང་སྐད་ཀྱི་གསུང་། །རིག་པའི་སྤྱིང་པོ་ཅི་མང་བརྒྱ། །འདི་སའི་ཞི་དང་བཀྲ་གིས་བའི། །མཆོག་  
སྤྱོད་དོས་ཐུབ་ཐམས་ཅད་ཐོབ། །ས་མ་ལ། ཨ། རང་བཞིན་འོད་གསལ་དབྱིངས་ལས་  
སྐྱད་ཅིག་གིས། །རང་ཉིད་འཇིག་རྟེན་དཔར་ལྷག་རྣམས་མདོག་ །ཡིད་འཕྲོག་  
ལང་ཆོ་དར་དང་རིན་ཆེན་བརྒྱན། །མཆོག་སྤྱོད་དང་ནི་བསྐྱེད་པར་པོ་བསྐྱེད་མས། །  
པད་རྒྱའི་གདན་ལ་སྤྱོད་སྤྱིལ་ཆུལ་གྱིས་བཞུགས། །ཐུགས་ཀར་བསྐྱེད་དམར་  
པོའི་ཟེའུ་འབྱུང་དཔུས། །ཡེ་ཤེས་སྤྱོད་པོ་ཨོ་ཡིག་དམར་པོ་ལས། །མཁའ་  
ཁྱབ་འོད་འཕྲོས་བྱིན་རྒྱབས་དངོས་ཀྱུ་བ་བསྐྱེད། །ཨོ། ཞེས་རིག་པའི་རྒྱལ་པོ་བརྒྱ། །  
ཁྱིན་རྒྱབས་དངོས་ཀྱུ་བ་སྤྱོད་བཞིན་འདྲ། །ས་གསུམ་ཐམས་ཅད་དཔར་དུ་ཁྱེད། །རི་ལྷ་འོད་པའི་མཆོག་  
ཐོབ་གོ། ཨ། རང་བཞིན་འོད་གསལ་དབྱིངས་ལས་སྐྱད་ཅིག་གིས། །རང་ཉིད་  
སྤྱོད་རས་གཟིགས་དཔར་རྒྱ་བའི་མདོག་ །ཐུག་གཡས་མཆོག་སྤྱོད་གཡོན་  
པས་པད་དཀར་བསྐྱེད་མས། །དར་དང་རིན་ཆེན་རྒྱན་རྫོགས་པད་རྒྱའི་སྤྱོད་། །

བྱེད་སྒྲིལ་ཚུལ་བཞུགས་བྱུགས་ཀར་ལྷ་བ་ལ། །ཡེ་ཤེས་སྤྱིང་པོའི་འོད་དཀར་  
 མཁའ་ཁྱབ་འཕྲོས། །སྤང་སྤྱིང་ཀུན་སྤྱངས་ལྷ་ཡི་དོ་བོར་གསལ། །རྩི་ བྱིས་  
 གསང་སྤྱགས་རྒྱལ་པོ་ནི། །འཁོར་བ་དོང་སྤྱགས་སྤྱིང་པོ་བསྒྲ། །མཁོང་ཐོས་དུན་རིག་གོལ་བྱེད་ཅིང་། །རང་  
 གཞན་དོན་གཉིས་ལྷན་བྱུང་འགྲུང་། །ཡང་ན་ཆོག་དེ་བཞིན་ལ། །བྱུགས་ཀར་ལྷ་བ་ལ། །ཅེས་  
 པའི་རྗེས་སྟུ། ཆོ་དཔག་མེད་པ་དམར་གསལ་འོངས་སྤྱིང་ཆས། །མཉམ་བཞག་  
 བྱུག་རྒྱས་བདུད་ཅིའི་བུམ་པ་བསྐྱམས། །བྱུགས་ཀར་ལྷ་སྤྱིང་ཆོ་ཡི་སྤྱིང་པོ་རྩི་  
 འོད་དམར་འབར་བས་འཁོར་འདས་ཆོ་བཅུད་བསྐྱུས། །གཞལ་མེད་བདུད་  
 ཅིས་ལུས་ནང་གང་བར་བསམ། །རྩི་ཞེས་ཅི་མང་བསྒྲས་པ་ཡིས། །རྩོ་རྩེའི་ཆོ་དང་ལང་ཆོ་  
 བི། །རིང་པོར་མི་ཐོགས་འགྲུབ་པར་བྱེད། །ཆོ་སྒྲུབ་ཀུན་གྱི་ཟབ་པ་སྟེ། །རང་གི་སྤྱིང་ལ་འཆང་བར་བྱ། །  
 ས་མ་ཡུ་ ཨ་རང་བཞིན་འོད་གསལ་དབྱིངས་ལས་སྒྲད་ཅིག་གིས། །རང་ཉིད་  
 དོ་རྩེ་འཛིན་པ་ནམ་མཁའི་མདོག་ །གཡས་པས་དོ་རྩེ་གཡོན་པས་སྟོག་འཇུབ་  
 མཛད། །དར་དང་རིན་ཆེན་རྒྱུན་རྟོགས་བྱེད་སྒྲིལ་གྱིས། །པད་ལྷའི་སྤྱིང་བཞུགས་  
 ཡེ་ཤེས་འོད་ཟེར་འབར། །བྱུགས་དབུས་ཉི་མར་བྱུགས་སྟོག་རྩྱི་མཐིང་གི།  
 འོད་གྱིས་ཐམས་ཅད་ལྷ་ར་གསལ་བྱིན་རྒྱབས་བསྐྱུ། །རྩྱི་ཞེས་སྤྱགས་གྱི་རྒྱལ་པོ་ནི། །  
 ཅི་འགྲུབ་པར་ནི་བསྒྲས་པ་ཡིས། །རྟགས་དང་མཆོན་མ་མདོན་ཏུ་འགྲུང་། །གང་དང་ཅི་ལ་དམིགས་པ་ཡི། །  
 དཔོན་བྱུང་དེ་དང་དེ་བཞིན་ཏུ། །ཐོགས་མེད་འགྲུབ་པོ་ས་མ་ཡུ་ ཨ། །རང་བཞིན་འོད་གསལ་  
 དབྱིངས་ལས་སྒྲད་ཅིག་གིས། །རང་ཉིད་ནམ་མཁའི་སྤྱིང་པོ་སྟོ་བསང་མདོག་།  
 གཡས་པས་རལ་གྱི་གཡོན་པས་ནོར་བུ་བསྐྱམས། །དར་དང་རིན་ཆེན་རྒྱུན་  
 རྟོགས་བྱེད་སྒྲིལ་གྱིས། །པད་ལྷའི་སྤྱིང་བཞུགས་བྱུགས་ཀུན་རྩི་ཞེས་བྲུབ། །

ཐུགས་ཀར་སྒྲུབ་ཉིང་རིན་འབྲུང་ལོངས་སྤྱི་ཆས། །མཚོག་སྤྱིན་མཉམ་བཞག་  
 དབང་གི་རྒྱལ་པོ་བསྐྱམས། །དེ་ཡི་ཐུགས་དབུས་སྒྲུབ་ཉིང་རིན་པོ་ཆེར། །གསང་  
 ཐུགས་རྒྱལ་པོ་གསེར་གྱི་མདོག་ཅན་ལས། །འོད་འཕྲོས་སྤྱང་སྤྱིད་ནམ་དག་  
 དབལ་གྱི་བཅུད། །རང་གི་སྤྱིང་ཁར་ཐིམ་བས་མཚོག་གྲུབ་གྲུར། ། ལྷོ། ཞེས་  
 ཡིད་བཞིན་ནོར་བུ་ཡི། །སྤྱིང་རྗེ་ཆེན་པོ་འདི་བསྐྱམས་པས། །ཡིད་ལ་རེ་བའི་དབལ་ཐམས་ཅད། །ལག་པའི་  
 མཐིལ་ན་གནས་དང་མཚུངས། །དབག་བསམ་གིང་དང་ཐུམ་བཟང་དང་། །ནོར་བུ་བཞིན་དུ་འདོད་རྒྱ་  
 འགྲུབ། །ས་མ་ལུ་ ཡང་ན་གོང་བཞིན་རང་ཉིད་ཐུགས་ཀར་བྱ། །སྤྱིང་པའི་ཐིག་ལེ་  
 སྤྱོན་པོ་ཚ་གོང་དབུས། །འི། ཡིག་ལེ་ཤེས་ནམ་མཁའི་སྤྱིང་པོ་བསམ། ། འི།  
 བེ་འབུམ་བསྐྱེད་ཡང་བརྟེན་པའི་ལས། །ནམ་མཁའི་བྱེད་པ་ཐ་དག་ཀུན་ནས་སྤྱད། །ས་མ་ལུ་ ཡལ། རང་  
 བཞིན་འོད་གསལ་དབྱིངས་ལས་སྤྱད་ཅིག་གིས། །རང་ཉིད་ས་ཡི་སྤྱིང་པོ་གསེར་  
 གྱི་མདོག་ །ཡིད་བཞིན་ནོར་བུ་རིན་ཆེན་ཐུམ་པ་འཛིན། །དར་དང་རིན་ཆེན་  
 རྒྱན་རྩྭ་གསལ་པད་སྒྲུབ་ཉིང་། །དབག་བསམ་གིང་ལ་སྤྱི་རྒྱུ་བ་བརྟེན་ནས་བཞུགས། །  
 སྤྱང་སྤྱིད་འདོད་ཡོན་རོལ་མའི་སྤྱིན་ཐུང་འཁྲིགས། །ཐུགས་ཀར་སྒྲུབ་ཉིང་ཡིད་  
 བཞིན་ནོར་བུའི་དབུས། །དབས་གསལ་སྤྱིང་པོ་གསེར་མདོག་ས་བོན་ལས། །  
 ཅི་འདོད་དཔོན་གྲུབ་ཆར་དུ་འབབ་པར་བསམ། །སྤྱོ་ཞེས་གསང་ཐུགས་རྒྱལ་པོ་བསྐྱེད། །  
 ཅི་ལ་རེ་ཡང་དེ་དག་ཆོས། །བསྐྱེད་ནམས་དབལ་འཕྱོར་རྒྱ་ཆེ་བར། །ནམ་མཁའ་མཚོ་དྲང་མཉམ་བཞོབ། །  
 ས་མ་ལུ་ ཡལ། རང་བཞིན་འོད་གསལ་དབྱིངས་ལས་སྤྱད་ཅིག་གིས། །རང་ཉིད་  
 རྩོ་རྩེ་ཐུ་རྩུང་མ་རྒྱད་མདོག་ །ཁྲོ་འཇུམ་དར་དང་རིན་ཆེན་རྒྱན་གྱིས་སྤྱུས། །  
 ཐུག་གཉིས་རལ་གྱི་དང་ནི་རྒྱ་གམ་བསྐྱམས། །ཐུགས་ཀར་སྒྲུབ་ཉིང་རྩོ་རྩེ་རྒྱ་

གུམ་དབུས། །ཡེ་ཤེས་སྤྱིང་པོ་སྤྲུག་གི་རྒྱལ་པོ་གསལ། །དུ་ཞེས་གསང་སྤྲུག་སྤྲུག་པོ་ནི། ཅི་ཅམ་རྩལ་པར་བརྒྱས་པ་ཡིས། །འཕར་དང་ཚོད་དང་བདེ་བ་འབར། །བགད་བ་ཅམ་གྱིས་ལས་ཀྱན་ཅེད། །གང་དང་ཅི་ཡི་ལས་རྒྱལ་གྱང་། །ཐོག་ས་པ་མེད་དོ་ས་མ་ཡུམ། ཡང་ན་རྟི་ཞེས་བརྒྱབ་དང་། །རྒྱུད་དཀྱིལ་ལྷུང་གུའི་རང་བཞིན་དམིགས། །བརྒྱུད་དང་ཡང་དང་འཕྲོ་བ་སོགས། །རྒྱུད་གི་ཅེད་ལས་ཐམས་ཅད་འགྲུབ། །ས་མ་ཡུམ། ཡང་ན། ཐུགས་ཀར་རྒྱ་སྤྱོད་དོན་ཡོད་གྲུབ་པ་ནི། །ལྷུང་གྲུ་སྒྲུབས་སྒྲིབ་མཉམ་བཞག་རྒྱ་གུམ་བསྐྱམས། །དེ་ཡི་ཐུགས་ཀར་རྒྱ་སྤྱོད་རྒྱ་གུམ་ལ། །ཡེ་ཤེས་སྤྱིང་པོ་སྤྲུག་གི་རྒྱལ་པོ་གསལ། །ཞེས་གསལ་དུ་ཡིག་བརྒྱབར་བྲ། །ཨ། རང་བཞིན་འོད་གསལ་དབྱིངས་ལས་སྐྱད་ཅིག་གིས། །རང་ཉིད་རིག་ཅེད་ལྷ་མོ་སྒྲུ་མདོག་དམར། །གཞིན་མཛེས་ཡིད་འཕྲོག་དར་དང་རིན་ཆེན་བརྒྱན། །ཐུག་གཉིས་ལྷུང་ལ་དམར་པོའི་མདའ་གཞུ་འགོང་། །ཞབས་གཉིས་བརྒྱུད་བསྐྱམ་པད་ཉིའི་སྤྱོད་དུ་འགྱུར། །ཐུགས་དབུས་ཉི་མར་ཡེ་ཤེས་སྤྱིང་པོ་གསལ། །འོད་དམར་ཀྱན་ཐུབ་སྤྱིད་ཞིའི་དྲངས་བཅུད་བསྐྱུས། །རྟིམ། ཞེས་ཡི་མོ་འབྲུག་ཅིག་པ། །བརྒྱ་སྤྱོད་ཞི་འབྲུག་བརྒྱས་པ་ཡི། །འཕྲིག་རྟེན་མཐའ་དག་དབང་དུ་ཅེད། །མེད་ག་དམར་པོར་བསྐྲུགས་པ་དག །གང་ལ་ཁྱིན་པ་དེ་དབང་འགྲུས། །དེ་བཞིན་གང་འདོད་དམིགས་ལས་འགྲུབ། །ས་མ་ཡུམ། ཡང་ན་གྲོ་ཞེས་འབྲུག་ཅིག་པར། །འོད་དམར་ལྷགས་ཀྱང་དམིགས་བྱ་ཀྱན། །རང་དབང་མེད་པར་གདུང་ཞིང་འདྲ། །འིན་རུ་གསང་དོ་ས་མ་ཡུམ། །ཨ། རང་བཞིན་འོད་གསལ་དབྱིངས་ལས་སྐྱད་ཅིག་གིས། །རང་ཉིད་རྟོ་རྟེ་དབྱངས་ཅན་རྒྱ་བའི་མདོག། ཐུག་གཉིས་ཐུགས་ཀར་རིན་ཆེན་པི་ལྷོ་བསྐྲུགས། །དར་དང་རིན་ཆེན་རྒྱན་རྫོགས་པད་རྒྱའི་སྤྱོད། །ཅིག་ཤུའི་རྒྱལ་བཞུགས་ཡིད་འོང་འོད་ཟེར་འབྲུགས། །

ཐུགས་དབུས་རྒྱ་བ་ལ་གནས་འབྲུག་ཅིག་གསལ། །འཁོར་འདས་དྲངས་བཅུང་  
 རང་གི་སྒྲིང་གར་བསྐྱེམས། །ཁྱོ། ཞེས་རིག་རྒྱལ་འབྲུག་ཅིག་ལ། །བརྒྱས་བས་སྒོ་གྲོས་མཆུང་ས་  
 མེད་དང་། །དག་གི་དབང་རྒྱལ་སྤྱར་ཐོབ་ལ། །གཞན་ཡང་ཆོད་དང་སྒོ་བས་བ་སོགས། །ཁྲིད་ཞིའི་ཡོན་ཏན་  
 རི་རྩེད་འབྲུག། །མཐ་ལྷ་ རྣམ་ཅིག་རང་ཉིད་པོ་རྒྱུད་ཀྱི། །རྩེ་བཅུན་དབང་ཐུག་དམར་  
 པོ་ནི། །ཅེ་གསུམ་ཐོད་ཐུག་ཐུག་ན་བསྐྱེམས། །དུར་ཁྲོད་རྒྱན་ཆས་ཡོངས་  
 སྤྲོལ་གས། །སྒྲིང་གར་འོད་དམར་གྲོང་དཀྱིལ་ན། །སྒོག་གི་སྒྲིང་པོ་ཏྲི་དམར་  
 པོ། །པོ་རྒྱུད་ཡོངས་ཀྱི་སྒོག་ཏུ་དམིགས། །ཏྲི་ཞེས་ཅི་མང་བརྒྱས་བ་ཡིས། །པོ་རྒྱུད་འདུ་  
 ཁོང་ཕྱིན་ཆེ་འཕེབ། །དངོས་གྲུབ་ཅི་ཡང་ཅུང་སྟེ་རྒྱུ། །རྟག་སམ་མུང་ན་ཏྲི་རྩི་ཞེས། །བརྒྱས་བ་པོ་ནས་  
 ལས་ཀུན་ཅེད། །རྣམ་ཅིག་རང་ཉིད་པོ་རྒྱུད་ཀྱི། །རྩེ་བཅུན་རལ་གཅིག་སྐྱུ་མདོག་  
 སྐྱུག། །རལ་བ་གཡེང་ཁོང་གཅེར་མའི་ཚུལ། །མི་ལྷགས་གཡང་གཞི་ལྷེད་  
 ཐབས་གྱོན། །ཐུག་ན་ཁོང་དབྲུག་ཅི་ཏྲ་བསྐྱེམས། །དེ་ཡི་སྒྲིང་ཁར་འོད་ལྷེ་  
 གྲོང་། །དྲངས་མའི་ཡི་གེ་ཏྲག་སྐྱུག་ནག། །འཁོར་འདས་ཡོངས་ཀྱི་དབྱིག་ཏུ་  
 བསམ། །མ་ཏྲག་རྩི་ཞེས་བརྒྱས་བ་ཡིས། །མ་མོ་འདུ་ཁོང་དངོས་གྲུབ་སྟེད། །ཐོག་སམ་མེད་པར་  
 ལས་ན་མས་རྒྱབས། །གིན་ཏུགས་ལ་བརྒྱབ་པར་བྱ། །ལས་ལ་བསྐྱལ་ཁོང་རྒྱུ་དང་བཅས། །འབྲུག་ཞི་  
 སྒྲིང་གར་བསམ་ལ་བརྒྱ། །འདི་འདྲའི་མན་དག་ཁྲུད་པར་ཅན། །གཞན་ན་མེད་དོ་གིན་ཏུགས་ད། །མཐ་  
 ལྷ་ རྒྱུ་རྒྱུ། །ཐམས་སྒྲོན་དབང་པོ་དབང་ཆེན་བདུ་བཞད་པའི་དོ་རྩིས་ལྷགས་གྲུང་རྒྱ་མཚོས་དེའི་ཐུག་  
 བབ་པ་ཤིས་སོ། །འོད་གསལ་དང་ལས་རྣམ་ཅིག་ཞོར་རྒྱན་མ། །དཀར་མོ་རྒྱན་  
 རྩོགས་བཞེད་ཐབས་སུམ་བ་བསྐྱེམས། །ཞེ་བར་འདོད་འབྱུང་བདུད་ཅི་སུམ་  
 བའི་དབུས། །བའི་ཡིག་དཀར་པོ་འདུད་ཅིའི་འོད་ཟེར་འཕྲོ། །བའི་ཞེས་ཅི་མང་བརྒྱ



བར་བྱ། །ཟས་སྒོམ་འཕེལ་དང་ལུས་སྒོམ་གསོ། །བསིལ་དང་འཇམ་དང་ཞི་བའི་ལས། །ཁུ་ཡི་ཕྱེད་ལས་  
ཀུན་གྱང་བྱ། །སམ་ཡུལ་ འོད་གསལ་དང་ལས་སྒྲིད་ཅིག་གོས་དཀར་མོ། །དམར་  
པོ་རྒྱན་རྫོགས་བཟང་དམར་པོ་བསྒྲམས། །ཕྱེད་སྦྱིལ་རབ་བཞུགས་ཐུགས་ཀར་  
ཉི་མའི་དབུས། །བློ་ཡིག་དམར་པོ་ཡེ་ཤེས་འོད་ཟེར་འབར། །བློ་ཞེས་འབྲམ་ཏུ་  
བསྒྲམ་བྱས་ན། །བཙོ་བསྐྱེག་མེ་སྐྱེགས་ལས་ཀུན་བསྐྱེག །དབང་དང་བསྒྲམ་དང་གསལ་བསྐྱེག་སྐྱེགས།  
མེ་ཡི་ལས་ཀུན་དེ་ཡིས་བྱ། །སམ་ཡུལ་ ལུ་མེར་ས་སྐྱེགས་ལུ་ལྷས་བྱ་བ། ལུ་པི་བིར་རྩྭ་ལྷས་སོ། །  
དགེ ཏུས་འཁོར་གྱི་འཁོར་འོད་ཀྱི་གིན་དུ་ལྷས་ཀྱི་སྐྱེད་པའི་རྒྱུ་པ་ཐབས་སྒྲུབ་འཕྲོད། དགེ་ཤོ། །

༑ བཀྲ་ཤིས་གྱི་ཚོ་ག་དཔལ་གྱི་བེལ་བཞུགས་སོ། །ཚོ། ལྷ་དང་སྤྱིད་རྣམ་དག་ཚོས་  
དབྱིངས་གཞུལ་ཡས་སུ། །རང་བྱུང་ཡེ་ཤེས་འཇམ་དཔལ་གཞོན་ཏུ་འི་སྒྱ། །  
ཡིད་འོང་ཉི་མ་འཆར་ཀའི་ལང་ཚོ་ཅན། །དང་པོའི་ཕྱག་གཉིས་རལ་གྱི་ལྷ་  
ལ། །ཞེའུ་འཕྱར་དོ་རྩེ་མཚན་བཤོ། །ཐ་མའི་ཕྱག་གཉིས་ནོར་བུ་བུམ་བཟང་བསྒྲམས། །  
དར་དང་རིན་ཆེན་རྒྱན་རྫོགས་སྦྱིལ་གྱང་བཞུགས། །རབ་མཛེས་བཟང་ལྷ་བའི་  
གདན་སྤྱོད་ན། །དཔག་བསམ་གྱིང་ལ་སྒྱུ་རྒྱུ་བ་བརྟེན་ནས་བཞུགས། །བཀྲ་  
ཤིས་ལྷ་མོ་བརྒྱུད་ལ་སྐྱོགས་པ་ཡི། །རབ་འབྲམས་མཚན་པའི་སྤྱིན་གྱིས་མཁའ་  
དབྱིངས་འགོངས། །དན་པ་ཅམ་གྱིས་ཐུན་ཚོགས་དཔལ་ཡོན་ཀུ། །ཡིད་  
བཞིན་ལེགས་པར་སྦྱོལ་བའི་བདག་ཉིད་ལ། །མ་ལུས་ཕྱོགས་དུས་ཞིང་གི་  
རྒྱལ་བ་དང་། །རྒྱལ་བའི་སྤྱུང་བཅས་ཉིལ་གང་ཁོ་ལྷ་བཞུགས་པའི། །མེདྲོག་  
ཆར་འབབས་ཤིས་པའི་སྒྱུ་དབྱངས་སྒྲོགས། །ཡེ་ཤེས་འོད་ཟེར་སྒྲུབ་བསམ་མཁའ་

ཁྱབ་གསལ། །ཞེ་མ་དོ། རང་བྱུང་ཐུགས་རྗེའི་བདག་ཉིད་བཅོམ་ལྷན་འདས། །  
མཁྱེན་བཅུ་རྩ་པ་མཚུངས་མེད་དོ་རྗེའི་སྒྲ། །མ་ལུས་འགོ་བའི་གཏན་གྱི་  
མགོན་གྱུར་པ། །སྒྱབས་མཆོག་དམ་པ་བདག་ལ་དགོངས་སུ་གསོལ། །ཁྱོད་  
ནི་རང་བྱུང་ཡེ་ཤེས་བདེ་བ་ཆེ། །མ་ལུས་ཆོས་ཀུན་ཁྱོད་ཀྱི་རང་གྱུར་གྱུར། །  
མི་ཤེས་རྒྱུད་པས་མནར་བ་བདག་ཅག་ལ། །དེང་ནས་རྟག་པ་དམ་པའི་མཆོག་  
སྟོལ་ཅིག །བཀྲ་ཤིས་ཀུན་གྱི་བཀྲ་ཤིས་སྤྲེལ་མེད་པ། །གྲགས་པའི་བཀྲ་ཤིས་  
སྟན་གསལ་དགེ་མཚན་ལྷན། །དབུགས་འཕྱིན་ཆེན་པོ་དག་འཕྱོན་རྒྱ་ཆེ་བ། །  
དག་འཆོན་པོལ་མོ་ཆེན་པོས་དབུགས་དབྱུང་སྟོལ། །འཇམ་དཔལ་དཔལ་དང་  
ལྷན་པའི་མཆོག་གྱུར་པ། །མཆོག་སྦྱིན་དོ་རྗེ་བདག་ལ་མཆོག་སྟོལ་ཞིང་། །དེ་  
བཞིན་གཤེགས་པ་ཀུན་གྱི་ཡེ་ཤེས་སྒྲུས། །ཡེ་ཤེས་དོ་རྗེའི་དབང་བསྐྱར་བདག་  
ལ་སྟོལ། །འདོད་འབྱུང་ཡིད་བཞིན་ལོར་བུ་ཆེན་པོ་འཁང་། །དབག་བསམ་  
ཤིང་ཆེན་རྒྱས་པ་འགོ་ཀུན་གསོས། །ཁྱབ་བདག་རིན་ཆེན་ཀུན་མཆོག་དཔུ་  
ལ་བསེལ། །བུམ་བཟང་ཆེ་མཆོག་བདག་ལ་དཔལ་གྱུར་ཅིག །དེང་ནས་སྤྲེ་  
མེད་བྱང་ཆུབ་མ་ཐོབ་པའི། །ཆོ་རབས་ཀུན་ཏུ་ཁྱོད་ཀྱིས་རྗེས་བཟུང་ལྟེ། །མི་  
བདེ་རྒྱུད་པ་ཐམས་ཅད་རྒྱུན་ཆད་ནས། །དཔལ་དང་སྐལ་བཟང་བཀྲ་ཤིས་  
བདེ་ལེགས་མཛོད། །ཅིས་པའང་རབ་ཆོས་མེ་ལྷེལ་རྒྱ་མཆོས་ལ་མི་ཐམ་འཇམ་དཔལ་དབྱེས་  
བས་མཆོད་ལོ། །

༥ བཀྲ་ཤིས་མཆོག་གྲུབ་ཅིས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ། །

ཨ། དབུས་གྱི་ཚྭ་གསལ་ན་བཀྲ་ཤིས་ལྷ་ཡི་མཆོག་གྲུབ་པ། །དཔལ་ལྷན་ནམ་  
 བར་སྒྲུང་མཛད་ཡེ་ཤེས་གངས་ཆེན་མཆོ། །རྟག་ཏུ་ཏིང་འཛིན་མི་གཡོ་བྱ་ག་  
 བ་འཁོར་ལོ་བསྐྱམས། །དེས་ནི་དེང་འདིར་ཁྱོད་ལ་བཀྲ་ཤིས་མཆོག་གྲུབ་  
 ཅིག །ཧྲི། ཤར་གྱི་ཚྭ་གསལ་ན་བཀྲ་ཤིས་ལྷ་ཡི་མཆོག་གྲུབ་པ། །བཙམ་ལྷན་  
 རོ་རྩེ་སེམས་དཔའ་རོ་རྩེ་བདེ་བའི་མཆོག། །བདུད་བཞི་རབ་ཏུ་འཛོམས་མཛད་  
 བྱ་ག་ན་རོ་རྩེ་བསྐྱམས། །དེས་ནི་དེང་འདིར་ཁྱོད་ལ་བཀྲ་ཤིས་མཆོག་ཟླ།  
 ལྷ་ཡི་ཚྭ་གསལ་ན་བཀྲ་ཤིས་ལྷ་ཡི་རྒྱལ་བ་ཤིན་ཏུ་འཕྱུང་ལྷན་དགོས་འདོད་  
 གྲུབ་གྱི་གནས། །ཡིད་བཞིན་རེ་བསྐྱོད་བསམ་བྱ་ག་ཤིན་ཏུ་འཕྱུང་བསྐྱམས། །དེས་  
 བྱི་དེང་འདིར་ཁྱོད་ལ་ཨ། ལུབ་གྱི་ཚྭ་གསལ་ན་བཀྲ་ཤིས་ལྷ་ཡི་མཆོག་གྲུབ་པ། །  
 བདེ་ག་ཤེས་སྒྲུང་བ་མཐའ་ཡས་བདེ་བ་ཆེན་པོའི་སྒྲུ། །ཀྲན་ནས་མཆོག་ཏུ་  
 ཡིད་འོང་བྱ་ག་ན་བསྐྱམས། །དེས་ནི་དེང་འདིར་ཁྱོད་ལ་བཀྲ་ཤིས་མཆོག་ཟླ།  
 ཏུ་བྱང་གི་ཚྭ་གསལ་ན་བཀྲ་ཤིས་ལྷ་ཟླ་སངས་རྒྱས་དོན་ཡོད་གྲུབ་པ་འཕྲིན་ལས་  
 དཔལ། །ཐོགས་མེད་བྱ་བ་གྲུབ་མཛད་བྱ་ག་ན་རལ་གྱི་བསྐྱམས། །དེས་ནི་  
 དེང་འདིར་ཁྱོད་ལ་བཀྲ་ཤིས་མཆོག་གྲུབ་ཅིག། །

༥ ལྷག་ན་ལྷུའ་བསྐྱམས་པ་ཡིད་འོང་དོན་གྲུབ་པ། །གཞོན་ནུའི་སྐྱེ་སྤེ་  
 ཉེས་པའི་དྲི་མ་ཐམས་ཅད་སྤངས། །འཛིག་རྟེན་ཀུན་ན་དཔལ་གྱུར་ཐམས་  
 ཅད་ཀུན་གྱིདཔལ། །འཇམ་དཔལ་གཞོན་ནུས་ཁྱོད་ལ་བརྒྱ་གྱིས་མཛད་གྱུར་  
 ཅིག །ལྷག་ན་བསྐྱུ་བསྐྱམས་པ་ས་གསུམ་མགོན་གཅིག་ལ། །འཛིག་དང་  
 ལྷག་བསྐྱུའ་ཀུན་སེལ་ཀུན་རྩ་བ་དེ་མཛད་ཅིང་། །སྤྱིང་རྗེའི་ལྷགས་ལྷན་བསྐྱུ་  
 ཀྱས་པའི་སྐྱེན་མངའ་བ། །སྐྱེན་རས་གཟིགས་གྱིས་ཁྱོད་ལ་། ལྷག་ན་རྗོ་རྗོ་  
 བསྐྱམས་པ་བཞགས་ཀུན་མཐར་བྱེད་ཅིང་། །འབར་བའི་མེ་ལྷེ་ཅན་ཏེ་བདུང་  
 གྱི་ལུལ་ཀུན་སྤྱིག །འཛིག་རྟེན་གསུམ་ལས་རྣམ་ཀྱུའ་སྤྱིད་པ་ཡོངས་གྱི་མགོན། །  
 རྗོ་རྗོ་འཛིན་པས་ཁྱོད་ལ་། ལྷག་ན་གྲུ་གྲུ་ཤིང་བསྐྱམས་པ་བྱམས་པའི་སྐྱེན་ཆེན་  
 གྱིས། །མཁའ་དབྱིངས་ཀུན་བྱུང་དམ་ཆོས་ཆར་ཆེན་རྟག་རྩ་འབེབས། །དགོ་  
 བའི་ལོ་རྟག་སྐྱེན་པས་ས་གསུམ་རབ་དགའ་བ། །བྱམས་པ་མགོན་པོས་ཁྱོད་  
 ལ་། ལྷག་ན་རལ་གྱི་བསྐྱམས་པ་ནམ་མཁའ་ལྟ་བུའི་སྐྱེ། །ནམ་མཁའི་དབྱིངས་  
 ཀུན་དྲི་ཞིམ་འོད་ཟེར་བྱུང་བས་བྱུང། །སྤྱིག་ལྷུང་ལུན་པ་ཀུན་འཛོམས་པན་བདེའི་  
 སྐྱང་བ་འགྲེད། །ནམ་ཁའི་སྤྱིང་པོས་ཁྱོད་ལ་། ལྷག་ན་ཁོར་བུ་བསྐྱམས་པ་  
 སྤྱིད་ཞིའི་དཔལ་གྱུར་སྐྱེ། །ལུན་ཆོགས་བདེ་བའི་འབྱུང་གནས་ཡོན་ཏན་ཀུན་  
 གྱིས། །མ་ལུས་འདོད་པ་ཐམས་ཅད་ཡིད་བཞིན་སྐྱེལ་མཛད་པ། །ས་ཡི་  
 སྤྱིང་པོས་ཁྱོད་ལ་། ལྷག་ན་ལྷུ་བ་བསྐྱམས་པ་ཉོན་མོངས་གདུང་སེལ་ཞིང་། །  
 སྤྱིད་པའི་རབ་རིབ་ཀུན་འཛོམས་སྐྱིབ་པའི་དྲི་མ་སེལ། །ཡེ་ཤེས་སྐྱང་བ་རབ་

སྒྲིབ་ཚོས་ཀྱི་ཆར་འབབས་པ། སྒྲིབ་ཀུན་སེལ་བས་ཁྱོད་ལ་= ལྷག་ན་ཉི་མ་  
བསྐྱམས་པ་མ་ཁའ་ལྟར་བྱུང་བའི་སྒྲ། ཡེ་ཤེས་སྣང་བའི་འོད་ཟེར་ཚོས་དབྱིངས་  
རྒྱས་པར་འགོངས། སངས་རྒྱས་ཚོས་དང་འཕགས་པའི་རྒྱལ་མཚན་མཚོག་  
གྱུར་པ། ཀུན་ཏུ་བཟང་པོས་ཁྱོད་ལ་བཀྲ་ཤིས་མཛད་གྱུར་ཅིག། ॥

༥ མ་ལུས་ཚོས་ཀུན་ཚོས་ཀྱི་དབྱིངས་ཉིད་དེ། ཚོས་དབྱིངས་ཇི་སྟེད་རྒྱལ་  
བའི་ཡེ་ཤེས་སྒྲ། ཀུན་གྲང་ཁྱོད་ལ་དག་ལེགས་ཆེན་པོ་ཡི། འབར་བསྐྱར་  
དགོངས་བས་བཀྲ་ཤིས་མཛད་གྱུར་ཅིག རིགས་ཀྱི་འཁོར་ལོས་སྐྱར་བ་ཆེན་  
མོ་ནི། སྒྲུབ་ལ་སྒོམས་པས་རིན་ཆེན་བུམ་པ་ནས། བདུད་ཅིང་ཐུག་པ་ཅུག་  
ཏུ་འབབས་པ་ཡིས། ཁྱོད་ལ་དེང་འདིར་བཀྲ་ཤིས་མཚོག་གྱུར་ཅིག རྒྱལ་  
བའི་སྐས་པོ་ཕྱོགས་རྣམས་རབ་གྲགས་པ། འཛིགས་མེད་ཞི་བའི་ཐུགས་  
ལྷན་དེ་དག་གིས། སྒྲ་ཚོགས་མེ་ཏྲུག་སྒྲིབ་ཀྱི་ཆར་འབབས་པས། ཁྱོད་ལ་  
བཀྲ་ཤིས་དམ་པ་མཚོག་གྱུར་ཅིག རིགས་ཀྱི་སེམས་དཔར་མཚོག་ཏུ་ཡིད་  
འོང་བ། བཀྲ་ཤིས་ལྟ་མོའི་ཚོགས་ཀྱིས་དགའ་བའི་སྒྲ། འཛིག་རྟེན་ཀུན་  
ཏུ་བྱུང་བར་བསྐྱགས་པ་ཡིས། འདྲ་ཁྱོད་སྐྱབ་སུ་ཚོགས་པའི་བཀྲ་ཤིས་  
ཤོག རུས་མཐའི་མེ་ལྟར་རབ་འབར་ཁྱོ་བོའི་ཚོགས། འཛིགས་པའི་ང་རོ་  
དང་བཅས་གར་བྱེད་ཅིང་། འབར་བའི་ལྷ་བས་བགོགས་རྣམས་མཐར་བྱེད་  
པས། འདྲ་འདིར་ཁྱོད་ལ་བཀྲ་ཤིས་མཚོག་གྱུར་ཅིག རིགས་ཀྱི་བཀའ་ཉན་  
འཛིག་རྟེན་སྐྱོང་བའི་ཚོགས། ཕྱོགས་བཅུ་ཀུན་ནས་སྒྲིབ་བཞིན་གཏིབས་

བྱས་ཏེ། །བཀྲ་ཤིས་མཚོད་པའི་ཡོ་བྱད་སྣ་ཚོགས་ཀྱིས། །དེང་འདིར་ཁྱོད་  
ལ་བཀྲ་ཤིས་སྟེལ་གྱུར་ཅིག །ཡིད་ལ་རི་ལྷོར་བསམ་པའི་དོན་གྱུར་ཅིང་། །  
སྤིད་ཞིའི་དབལ་ཡོན་ཀུན་ནས་སུན་སུམ་ཚོགས། །དབལ་ལྷན་རྒྱལ་པའི་འབྱོར་  
བ་མྱད་བྱུང་དེས། །ཁྱོད་ལ་རྟག་ཏུ་བཀྲ་ཤིས་མཚོག་གྱུར་ཅིག །འགྲོ་དང་བྱ་བ་  
བརྩམ་སོགས་ལ། །ཐོག་མར་དྲན་ན་དོན་གྱུར་ཅིང་། །དུས་སུ་ཡིད་ལ་བྱས་པ་ཡིས། །དབལ་ལ་སུན་སུམ་  
ཚོགས་པ་ཐོབ། །འཇམ་དབལ་མཚོག་སྤྱོད་དོ་རྟོག་ཡིད་ལ་བྱས་པའི་སྤྱོད་ལས་ཆུ་འབུག་ལྷ་འཚོས་  
ལ་འཇམ་དབལ་དགེས་པའི་སྤོ་ཡི་མཚོ་ལས་རྟོལ་བ་མཛྲ་ལོ། །

༥ རྩོག་པ་བཅུ་དྲུག་གསུམ་རྒྱལ་བ་སྤྲས་བཅས་ཀྱི། །མཁྱེན་བཙེ་བུས་  
པ་གཅིག་བསྐྱས་སྒྲུལ་པའི་སྒྲ། །གངས་ཅན་འགོ་པའི་མགོན་པོ་འབྲི་གྲང་བ། །  
རིན་ཆེན་དབལ་ཞེས་གྲགས་པས་དག་ལེགས་སྟོལ། །མགོན་ཁྱོད་གདོད་ནས་  
མདོན་པར་བྱང་ཆུབ་ཀྱང་། །སྤིད་པ་རི་སྤིད་ཡེ་ཤེས་སྤྲགས་རྗེས་འབྱུལ། །  
སྣ་ཚོགས་སྒྲུལ་པའི་རོལ་པ་ཡང་སྟོན་པས། །འགྲོ་ཀུན་སྒྲུབ་པའི་ཁུལ་ཆེན་  
བསྐྱམས་ལ་འདུད། །གངས་ཅན་ལྗོངས་འདིར་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ཚུལ། །བཤད་  
དང་སྒྲུབ་པའི་སྒྲོ་ནས་གསལ་མཛད་པའི། །ཐིན་ལས་ཉིན་བྱེད་འཛམ་གླིང་  
ཡོངས་ལ་བྱབ། །འཛིག་རྟེན་གསུམ་གྱི་མགོན་པོ་ཁྱོད་ལ་འདུད། །གང་གིས་  
ཁྱོད་ལ་གྲུས་ཤིང་གསོལ་འདེབས་ན། །བསྐྱེད་སྤྲུགས་རྗེས་གཟིགས་པ་  
ཞལ་གྱིས་བཞེས། །སྟིགས་མའི་དུས་འདིར་བདག་ཅག་རྗེས་འཇུག་ནམས། །  
མགོན་པོ་ཁྱོད་ལས་རེ་སྟོས་སྒྲུལ་འཆའ། །དེ་བྱིར་སྤྱིང་ནས་གྲུས་པས་གསོལ་  
འདེབས་ན། །སྟོན་གྱི་དམ་བཅའ་ཆེན་པོ་མ་བསྟེལ་བར། །བསྟན་འཛིན་འཕེལ་



བྱུང་ཡེ་ཤེས་འཆར། །དེ་ལ་གོམས་པ་བརྟན་གྱུར་ན། །འཁོར་འདས་ཆོས་  
ཀུན་མཉམ་པ་ཉིད། །ཆོས་སྐྱུ་ཐིག་ལེ་ཉག་ཅིག་དོན། །རང་གི་རྒྱུད་ལ་སྒྲིབ་  
མེད་འཆར། །ཆོས་རྣམས་ཐམས་ཅད་མཉམ་པ་ཉིད། །མཉམ་པ་ཉིད་ལ་བྱང་  
དོར་མེད། །མཉམ་ཉིད་གདེང་དུ་གྱུར་པ་ན། །རྟོགས་པ་ཚད་དུ་འཁྱོལ་ཞེས་  
བྱ། །རྟོགས་པ་ཚད་དུ་འཁྱོལ་བའི་ཆོ། །འཁོར་དང་ཐུང་ན་འདས་པ་དང་། །  
བདེ་དང་སྐྱུག་བསྐྱེད་པ་དག་དང་གཞན། །ཐམས་ཅད་མཉམ་ཉིད་གྲོལ་བ་ན། །  
འཛིགས་མེད་ཕྱོགས་ལས་རྣམ་རྒྱལ་ཡིན། །ཕྱོགས་ལས་རྣམ་པར་རྒྱལ་བ་  
གང་། །རིག་འཛིན་དཔའ་པོ་རྒྱལ་བའི་གྲས། །ས་རྣམས་སྦྱོང་ཞིང་འགོ་བ་  
འདུལ། །འབྲེལ་ཚད་དོན་དང་ལྡན་པར་འགྱུར། །དེ་ཕྱིར་བརྒྱུད་པའི་མན་  
རག་གིས། །ཡང་དག་ལྟ་བུ་རྟོགས་བྱས་ལ། །མཚོག་ཏུ་གོམས་པ་བརྟན་པ་  
ཡིས། །རྒྱལ་བ་རིག་འཛིན་གྲུབ་མཐར་སྟོགས། །དེ་སྐད་གདམས་པ་སྐྱེལ་  
བཟང་གི །འགོ་བའི་རྒྱུད་ལ་སྒྲིབ་གྱུར་ནས། །ཡང་དག་ལམ་མཐོང་རིག་  
འཛིན་གྱི། །དགོངས་པའི་བཅོན་ས་ཟེན་གྱུར་ཅིག །ལྷགས་ཕྱི་རྒྱ་བ་བཅུག་ཉིས་པའི་  
ཆོས་ཉིད་དུག་ལ་ཞེ་འཛོེད་བཀྲ་གིས་ཆོས་སྤྱིར་དུ་མི་ལམ་པས་བྲལ་བྱས་པ། །སྐད་ཡི། ॥



༥ མ་འགྱུར་རྟེན་མའི་རྒྱུད་ཀྱི་བྱུང་རྒྱུ་ལ་དོགས་  
སེལ་བཞུགས་སོ། །

འདི་ན་ཁ་ཅིག་སྒྲ་བ། དཔལ་སྒོམ་པའི་རྒྱུད་ཕྱི་མ་ཞེས་བྱ་བ་ལས། ངན་འདི་  
ནས་མི་སྣང་ནས། །ལོ་ནི་བརྒྱ་དང་བཅུ་གཉིས་ན། །བརྟན་པའི་རྟེན་པོ་དམ་  
པ་ཞིག་ །ལྟ་གནས་གསུམ་དུ་གྲགས་པ་སྟེ། །འཛམ་གླིང་ཤར་ལྟོའི་ཕྱོགས་  
མཚམས་ན། །དཔལ་ཞེས་བྱ་བའི་རི་བོ་ན། །ཐུགས་རྗེ་མཐུན་པའི་བྱིན་རྒྱལ་ས་  
ཀྱིས། །རྒྱལ་པོ་ཇ་ཞེས་བྱ་བ་ལ། །ཐུག་ན་དོ་རྗེས་སྣང་བར་བྱེད། །མི་ལས་  
སྐལ་ལྷན་དམ་པ་ཞིག་ །བྱང་རྒྱལ་མཚོག་ཏུ་གྲུབ་གྱུར་པས། །དེ་ལ་ཏྲག་ཏུ་  
མོས་པ་བྱོས། །ཞེས་འབྱུང་བ་ཡོད་ཅེས་ཟེར་རོ། །དེ་བས་ཤུག་ཐུབ་བྱ་བ་  
འདས་ནས་ལོ་ནི་བྱ་ན། ཤར་ལྟོའི་ཕྱོགས་ཟླ་རྩེར་ཀྱི་ཡལ་ཨ་རྒྱན་ཅེས་བྱ་བར།  
རྒྱལ་པོ་ཇ་ཞེས་བྱ་འམ་ཨིན་རྩུ་ཏི་ཞེས་བྱ་བའི་ཁང་པའི་སྟེང་དུ། གསེར་གྱི་  
སྒྲིགས་བམ་ལ། བེལ་རྒྱ་ལྷན་མས་བྱིས་པའི་པོ་ཏི་དཔག་ཏུ་མེད་པ་བབས་སོ། །  
དེ་རྒྱལ་པོས་བལྟས་ནས་ཤེས་ནས་སྐྱབ་པས་གྲུབ་པ་ཐོབ་ཟེར། །ཁ་ཅིག་གིས་  
མ་ཤེས་པར་ཀུ་ཀུ་རི་ལ་དྲིས། དེས་དོར་སེམས་ཞལ་མཐོང་གི་ལེའུ་ཤེས། དེ་  
སྐྱབ་དོར་སེམས་ཞལ་མཐོང་ནས་རྒྱུད་ཀྱི་ཤུན་ཤེས་རྒྱལ་པོ་འཁོར་བཅས་གྲུབ་  
ཟེར། དེ་ལས་འཕེལ་ཞེས་གང་མ་ཡང་ཡོད། དེ་མི་འཐད་དེ་རང་བཟོ་ཡིན་ནོ། །

ཀྱུ་མཆོན། ཀྱུལ་པོ་ཇ་ལ་ཕུག་ན་དོ་རྗེས་འཆད་པར་འགྱུར་རོ་ཞེས་པ་འདི་  
དགག་པར་མི་རྣམས་སོ། །སྤྱོད་གས་བམ་བལྟས་བས་ཤེས་ན། གསང་སྤྱགས་  
རང་ཉིད་ཡིན་པ་ནི། །ལུས་ཅན་དཔྱལ་བར་འབའ་ཞིག་ཀྱུ། །ཞེས་པ་དང་།  
འགལ་ལོ། །སྤྱི་མ་མེད་པར་མི་འགྱུར་པར་བཤད་པ་དང་འགལ། གཞན་  
ཨོ་ཀྱུན་གྱི་ཡུལ་ཤར་ལྟོ་ཡིན་པ་འཇིག་རྟེན་མངོན་སུམ་དང་འགལ་ལོ། །དེ་  
བས་ན་དེ་དོར། དེ་སོགས་རྒྱུད་སྒྲེའི་དབྱེ་བ་སོགས་མི་འཐད་ཅིང་གཞན་དུ་  
ཤེས་པར་བྱ་བྱེད། དེས་ན་སྤྱི་མའི་སྤྱི་མ་པའི་རྒྱུད་འདིའི་ལུང་དོན་ནི། །ལྟ་  
གནས་གསུམ་དུ་གྲགས་པ་དེ་ཉིད་བསྟུན་པ་ཡིན། དེ་ཤར་ལྟོ་སྤྱོད་ཁྱེད་ཀྱུ། བ་  
ཏི་ཀི་ཉི་ཞེས་པར། ཀྱུལ་པོ་ཅན་པ་ཏི་སྤྱོད་ན་ཞེས་རབ་གསལ་བླ་བར། ཕུག་  
དོར་སྤྱལ་པའི་དབྱེལ་འཁོར་དུ་དབང་བསྐྱར་ཆོས་བཤད་པ་ཡིན་གྱི་ཨོ་ཀྱུན་  
དུ་བཀའ་བསྟུ་བྱས་པའི་དོན་མ་ཡིན་གསུངས།

༥ རང་འདོད་ལ། གསང་བའི་སྤྱོད་མར་ཞེས་པ་ནལ་འཕྱོར་གྱི་རྒྱུད་  
ལས། གསང་བ་ཆེན་པོའི་རྒྱུད་ཤེས་པ་མ་འོངས་ན་སུ་འབྱུང་ཞེས་ཞུས་པའི།  
རུབ་སྤྱོད་ཨོ་ཀྱུན་ན། དཔལ་དོ་རྗེ་ཆེན་པོའི་གནས་སུ། ཨིན་ལྷ་ཏིས་ཤེས་  
ཤིང་བཤད་ཅིང་རྒྱས་པར་ལུང་བསྟན། ཨིན་ལྷ་ཏི་དེ། ས་བཙའི་དབང་ལྷག་  
ཡིན་པར་གསུངས། གསང་སྤྱགས་བཀའ་བསྟུའི་གནས་ཨོ་ཀྱུན་ཡིན་པར་  
བཤད། ཀྱུལ་པོ་དེ་ཕུག་དོར་ཡིན་པར་བཤད། བཅོམ་ལྷན་བཞུགས་དུས་  
བསྟུན་ཞེས་སོ། །ཀྱུལ་པོ་འཁོར་བཅས་གྲུབ། ཡུལ་སྤྱོད་མཆོར་སོང་། ཕུག་

ན་དོ་རྗེས་རྒྱུད་ཐམས་ཅད་གསེར་གྱི་སྒྲིགས་བམ་ལ་བེལ་རྒྱུ་ལྟར་བྲིས། གྲུ་རྣམས་  
ལ་གཏད་ཅིས་བྲིས་འདུག མོ་བ་དཔོན་གྱི་སྒྲིབ་པ་བར་བརྟུགས་ནས་  
བརྟུགས་ཟེར་བ་ནི་བཞད་གད་ཀྱི་གནས་ཏེ། ས་ཐོབ་ལ་བརྟུ་བ་ལས་རྒྱ་འཕྱུལ་  
མེད་པ་དང་། མཁའ་འགོ་མས་གྲུ་སྒྲིབ་དོ་མི་ཤེས་པས་དཔེ་གཉིས་མི་ཤེས་  
པའི་ཕྱིར་ཟེར།

༥ དེ་ལ་དེའི་བཞད་པ་འདྲ་། རྒྱུད་ཀྱི་བརྟུ་བ་པོ་ནི། རྟོན་པ་ཉིད་འཁོར་  
གྱི་ཚུལ་བཟུང་བ་ཙམ་ཡིན་གྱི་རྒྱུད་ཐ་དད་པས་བསྟུ་མི་རུས་པར་བཤད་འདུག  
དེ་ལྟར་ན་ཨིན་ལྷོ་ཏི་ནི་གསང་བདག་ཡིན་པས། སྒྲིགས་བམ་མ་དགོངས་པ་  
དང་། གསང་དུ་སྒྲིབ་པའི་ཚུལ་མཛད་པ་སོགས་གདུལ་བྱ་དངས་པའི་དོན་  
ཙམ་དུ་ཚུལ་དེ་ལྟར་བསྟན་ན་གསང་སྒྲགས་རང་ཉིད་ལེན་པ་དང་ཅི་སྟེ་འགལ།  
རྒྱུད་རྣམས་གསེར་ལ་བེལ་རྒྱུ་ལྟར་བྲིས་པ་ནི་ཁྱོད་རང་གི་ལུགས་ལ་འདོད་ན། སྐལ་  
ལྷན་ལ་མི་འབབ་པའི་རྒྱ་མཚན་ཅི་རེད། དེ་ཉིད་བསྟུས་པ་ཡིན་ན་རྣལ་འབྱོར་  
སྒྲུ་མེད་ལས་ཀྱང་སྒྲིང་པོར་གྱུར་པ་རྣལ་འབྱོར་རྒྱུད་ཡིན་འདྲ་ཤིན་ཏུ་ཡ་མཚན་  
ཆེ། ཅད་དང་ཇ་རང་གིས་ནོར་བ་རེད། ཨིན་ལྷོ་ཏི་མཚན་གྱི་རྣམ་གྲངས་སུ་འགོད་  
པར་སྟུས་དགག། གྲུ་སྒྲིབ་ཀྱིས་བརྟུ་བའི་ཚུལ་སོགས་ནི་གསང་སྒྲགས་མཁའ་  
འགོའི་གཅིས་སྒྲས་ཆེ་བའི་ཚུལ་དེ་ལྟར་བསྟན་ཅིང་། དངོས་སུ་བརྟུ་བ་ག་ལ་  
ཡིན། བྱང་སེམས་ཆེན་པོ་རྣམས་གཞན་དོར་མཛད་པ་རྟོན་པ་ལ། གསང་  
སྒྲགས་རང་གིས་ལེན་པ་དང་། བརྟུ་བ་དངོས་སུ་བཟུང་ནས་བསྒྱུར་བ་རང་

གིས་བཏབ་ཀྱི་ངེད་ཀྱི་ཅི་ཡང་མ་བཏབ་པོ། །རྒྱལ་ཁུངས་ཀྱིས་འོད་སྤང་  
རྩོགས་བྱེད་ལས། བསམ་གཞུགས་ཀྱི་གདམས་ངག་འོད་པ་བཞིན། ས་བརྩའི་  
སེམས་དཔའ་བསམ་གཞུགས་མི་ཤེས་ག་ལ་ཡོད་དེ། རྩལ་དེ་ལྟར་བརྟན་  
པར་འདོད་ན། འདི་ཡང་ཁྱོད་ལྟར་ན། ས་བརྩའི་སེམས་དཔའ་བསམ་གཞུགས་  
ཀྱི་ཏིང་འཛིན་ལ་འཇུག་ལྡང་མི་ཤེས་པ་ཞིག་ཡོད་ལས་ཆོའོ། །༡༩། ཞེས་མི་ཐམ་  
པས་སོ། །མར་ལོ། །

༑ ཀུན་མཁྱེན་སྤྲ་མ་མི་ཐམ་འཇམ་དཔལ་དགུས་པའི་དོ་རྩེས་མཛད་པའི་སྤྱོད་སྤྲ་པའི་གཏེར་  
བརྒྱད་ཀྱི་དོན་བཤད་པ་སྤོ་གྲོས་སྤྲ་རྟེན་ཞེས་བྱ་བ།  
རྩི་ རང་སེམས་ཀ་དག་མཐའ་དབུས་བྲལ་བས་འཇམ། །ལྟོན་གྲུབ་འགག་  
མེད་ཀུན་ཏུ་གསལ་བས་དཔལ། །རིག་སྟོང་དབྱེར་མེད་ཆེན་པོར་ཡིག་ནས་བ། །  
སྤྱོད་སྤྲ་པའི་གཏེར་ཆེན་བརྒྱད་ཀྱི་འབྱུང་གནས་ཡིན། །རྣམ་པར་རྟོག་པ་སེམས་  
དང་ལས་རྒྱུད་གིས། །དུམ་སྤར་བཅིང་བ་ལྟ་སྤྱི་སྤྲ་ཐོར་ལ། །ཆོད་མེད་ཡོན་  
ཏན་ཉེ་བར་མི་སྤྲ་ཡང་། །དོན་ལ་བཅིང་གྲོལ་མཁའ་ཡི་མདུད་པ་བཞིན། །  
སྤྱིབ་བྲལ་ཡེ་ཤེས་སྤྱི་ཡི་སྤྲ་བའི། །རྟོག་ཏུ་བྱི་གང་བྲལ་བར་བཞུགས་པའི་  
འོད། །ཤེས་རབ་རང་བྱུང་སྤོན་མེ་གསལ་བའི་རྩལ། །ཨ་ར་བ་ཅན་རྩི་འི་  
གསང་སྤྲུགས་མེས། །སྤོ་སྤར་སྤྱིབ་པའི་བྱད་ཤིང་སྤྲུམ་པའི་ཆོག་ས། །རི་ལྟ་  
རི་སྟེང་རྣམ་པར་ཐོས་གྱུར་བ། །དེ་ལྟ་དེ་ལྟར་གདོད་མའི་རིག་དབྱིངས་ཀྱི། །  
ཡོན་ཏན་རྣམས་ཀྱང་ཉེ་བར་སྤྲ་བས་མཛོམས། །མཐའ་དག་སྤྱིབ་པའི་ཆོག་ས་

དང་རབ་བྲལ་ཆོ། །ཆོས་དབྱིངས་ཀྱི་ཁྱབ་མཁའ་ལ་ཞུགས་པ་ཡི་ཤེས་འོད། །འཕྲོ་  
འཕྲུང་དང་བྲལ་བྱོམས་དུས་མཉམ་པ་ཉིད། །རང་བྱུང་འབྲས་སུའི་མཐར་ཐུག་  
ཉིད་དུ་གསལ། །དེ་ཕྱིར་དོན་དམ་ལྟ་སྟགས་དབྱེར་མེད་ལ། །མོས་པས་མི་  
འཛིགས་སྒྲོབས་པའི་སྒྲོ་མཆོག་གི། །རྒྱ་དང་རོ་བོ་འབྲས་སུའི་ཡོན་ཏན་གྱི། །  
གཏེར་ཆེན་བརྒྱད་ཀྱི་སྒྲོ་འཕར་འབྱེད་འདི་མཆར། །གང་ཞིག་ཆོག་དང་དོན་  
གྱི་གནས་ནམས་ཀྱི། །ནམ་ཡང་བརྟེན་པ་མེད་པ་ཉིད་ཐུང་ཅིག་ །དྲན་པའི་  
གཏེར་དང་ལྡན་པ་དེ་ཡིས་ནི། །བསྐྱེད་བས་མི་འཛིགས་སྒྲོ་མཆོག་གྲུབ་པར་  
ཐུང། །སྤྱི་དང་རང་གི་མཆོན་ཉིད་ཀྱིས་བསྐྱེད་པའི། །ཆོས་ཀྱི་མ་ཁོར་ནམ་  
པར་འབྱེད་པ་ཡི། །མི་འཕྲོག་སྒྲོ་གྲོས་གཏེར་དང་ལྡན་ཐུང་པས། །ཆོངས་པས་  
མི་འཛིགས་སྒྲོ་མཆོག་གྲུབ་པར་ཐུང། །དེ་མཐུས་རྒྱལ་བས་མདོ་སྟེ་ཐམས་ཅད་  
གྱི། །དོན་གྱི་ནམ་པ་ལེགས་པར་ཁོང་རྒྱུད་པ། །རྟོགས་པའི་གཏེར་དང་ལྡན་  
པར་ཐུང་པ་ཡི། །འབྲུལ་བས་མི་འཛིགས་སྒྲོ་མཆོག་གྲུབ་པར་ཐུང། །དྲན་  
དང་སྒྲོ་གྲོས་རྟོགས་པ་དེ་ཡིས་མཐུས། །ཐོས་པ་ཀྱི་འཛིན་རྒྱུད་མི་བླ་པ་ཡི། །  
མི་བརྟེན་གཟུངས་ཀྱི་གཏེར་དང་ལྡན་ཐུང་ནས། །བརྒྱུད་པས་མི་འཛིགས་སྒྲོ་  
མཆོག་གྲུབ་པར་ཐུང། །གཟུངས་རྟོགས་སྒྲོ་གྲོས་མཐུ་ལས་ལེགས་བཤད་གྱི། །  
སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ནས་ཆོས་མཉམ་ཐེད་པ། །མི་འཛིགས་སྒྲོབས་པའི་  
གཏེར་དང་ལྡན་པ་ཡིས། །ཁུམ་པའི་འཛིགས་ལ་སྒྲོ་མཆོག་གྲུབ་པར་ཐུང། །  
གཟུངས་སྒྲོབས་སྒྲོ་ཡིས་རྒྱལ་བཞིན་སྒྲུབ་དང་། །ཆོས་མིན་ཆར་གཅོད་དམ་

ཆོས་ཡོངས་སྤྱད་བས། །ཟབ་རྒྱས་ཆོས་ཀྱི་གཏེར་དང་ལྡན་པ་ཡིས། །ལམ་ན་  
འཛིགས་བྲལ་སློ་མཆོག་གྲུབ་པར་གྱུར། །རྩལ་དེས་མཚུངས་མེད་དཀོན་མཆོག་  
ནམ་གསུམ་གྱི། །རིགས་རྒྱུད་ཡོངས་སུ་མི་གཙོད་པ་ཡི་སྒོ། །བྱང་རྒྱལ་སེམས་  
ཀྱི་གཏེར་དང་ལྡན་པ་ཡིས། །ལམ་དམན་འཛིགས་བྲལ་སློ་མཆོག་གྲུབ་པར་  
གྱུར། །ཡོན་ཏན་བདུན་ལྡན་སྒྲེ་བའི་གནས་ལུགས་དོན། །སྒྲེ་མེད་ཆོས་ལ་  
བཟོད་པ་མཆོག་ཐོབ་པའི། །ཟབ་མོ་སྤྱད་པའི་གཏེར་དང་ལྡན་པ་ཡི། །ཉམས་  
པ་འཛིགས་བྲལ་སློ་མཆོག་གྲུབ་པར་གྱུར། །འདི་ལྟར་རིག་སྟོང་དབྱིངས་ནས་  
གཏེར་ཆེན་བརྒྱད། །སྤྲས་པའི་སྒོ་འབྱེད་སྤྲགས་ཀྱི་ཐབས་མཆོག་ལ། །མཁས་  
པར་གྱུར་གང་འཇམ་དཔལ་དཔལ་བོ་ཡི། །བྱུགས་ནས་ལེགས་འབྱུངས་རྒྱལ་  
བས་དབང་བསྐྱར་ཚོགས། །ཞེ་མ་གངས་མེད་བསྐྱལ་བའི་ལེགས་བྱས་ཀྱིས། །  
རྒྱལ་བ་མཉེས་བྱས་རབ་སྒྲིན་སློ་མཆོག་ལས། །ཟབ་མོའི་གཏེར་ཆེན་བརྒྱད་  
ཀྱི་ཁ་བྱང་གང་། །འཛོན་པར་རུས་པ་གཞན་དུ་མ་དམིགས་སོ། །སློ་ལྡན་གང་  
གི་འདི་ལ་ཡིད་ཆེས་པ། །དེ་ལ་རྒྱལ་བའི་ཡོན་ཏན་ཡིད་བཞིན་མཛོད། །མཁའ་  
ལྟར་ཡངས་པའི་སྒོ་མོ་འདིར་ལྷགས་ཞེས། །ལྗེ་ལུ་མིག་སྤྲས་བཅས་རྒྱལ་བས་  
གཏད་པ་ཡིན། །ཞེས་པའང་ལྷགས་སྤྱལ་རྒྱལ་བ་དང་པོའི་ཆོས་དགྲུ་ལ་མི་ཐམ་པས་བྲིས་པ་དགེ་ལེགས་  
འཕེལ། མཆོག་ལོ། །

༥ རྒྱལ་བ་སྟན་སྟོངས་འདིར་འདྲེན་པ་མེས་དཔོན་གསུམ། །བསྟན་པའི་  
རྒྱལ་མཆོན་བསྐྱེད་མཛད་མཁའ་སློབ་ཆོས། །བསྟན་པ་ཡུན་དུ་སྦྱོང་བ་བསྟན་

འཛིན་ཚུགས། །འདི་རྣམས་པོད་ལ་བཀའ་འདྲིན་འགྲན་ལྷ་བྲལ། ༡ །གངས་  
 ལྗོངས་སྤྱི་བའི་སྒོ་འབྱེད་སྤྱོད་ཀྱི། །མདོ་རྒྱུད་བསྟན་པའི་སྤྱད་བྱེད་སྒྲ་ཚུགས་  
 ཞེད། །བཅུ་ལྔ་པ་རིགས་ལམ་གསལ་བྱེད་མཁས་དབང་ཚུགས། །འདི་དག་  
 པོད་ཡུལ་ཚུགས་ཀྱི་ཉི་མ་ཡིན། ༢ །དེ་ཕྱིར་མདོ་རྒྱུད་རིག་གནས་བཅས་པ་ཡི། །  
 གིང་ཉི་ལམ་སྒོ་ལ་སྤྱོད་འགྱུར་བ་ཡི་བྱེད། །དེ་ཡི་ཅུ་ལག་རིས་བྲལ་དམ་བས་  
 སྤེལ། །དེང་སང་བར་དུ་བསྟན་པའི་མངའ་ཐང་རྒྱས། ༣ །དེ་ལྟ་ནས་འདྲུ་ཞོས་  
 འགྲང་བ་ཡི། །ཐུ་གུའི་ཚུགས་ཀྱིས་མ་ལ་འཁུ་བ་ལྟར། །སྒོ་ཞན་བྱས་པ་མི་  
 གཞོ་འགའ་ཞིག་གིས། །རང་ཆེ་འབྱིན་ཞིང་བསྟན་རྟོང་དམན་པར་འཛིན། །  
 ཀྱི་མ་རྟོ། ཀུལ་བསྟན་ལྷ་གཏེར་ཟབ་མའི་གྲོང་བཀའ་ནས། །མདོ་དང་རྒྱུད་  
 སྤེའི་ཚུགས་ཀྱི་སྤྱིང་པོ་ནི། །འགྲན་ལྷ་མེད་པའི་མཁས་གྲུབ་མཚུགས་རྣམས་ཀྱི། །  
 དྲིན་ལས་སྤྱོད་འགྱུར་བ་ལ་མཆིས་མོད་ཀྱི། །སོ་སོའི་གྲུབ་མཐའི་ཟབ་གནད་མ་  
 བློ་བའི། །སྒོ་རྒྱུད་རྣམས་ཀྱིས་བསྟན་ནས་རྟོང་མའི་ཚུགས། །ཐལ་དང་མི་འདྲ་  
 སྒྲིང་ཚུགས་མང་པའི་བྱིར། །ཡང་དག་ཡིན་མིན་སོམ་ཉིའི་གཟེབ་དུ་རྒྱུད། །རྒྱ་  
 ཆའི་ཚུགས་མཛོད་རྟོགས་གིང་ཟབ་མའི་གནད། །ཁོང་དུ་རྒྱུད་པའི་སྒོ་ལྟ་འགས་  
 བསྟན་ན། །ཆོས་སྒོ་གངས་མང་ཀྱན་ཀྱི་མཐར་ཐུག་གི། །ཟབ་གནད་སྟོན་ཕྱིར་  
 ཀྱན་ཀྱི་ཕེ་མོར་མཛོད། །ལེགས་པར་བསམ་ནས་སྤྱོད་འགྱུར་དུས་ཉིད་ཀྱི། །བསྟན་  
 འཛིན་རྣམས་ནི་བཀའ་འདྲིན་འགྲན་བྲལ་ཞིང་། །བསྟན་བརྒྱ་མཚོ་བསེལ་ལྟ་  
 ལྗོངས་སུ་བྱུང། །བསྟན་ཞུས་ཀྱན་གྱང་དེ་ཡི་དྲིན་ལ་བསྟེན། །དེ་ལྟ་མོད་ཀྱི་སྤེ་

སྒྲིབ་གསུམ་གྱི་ཆོས། །སྤྱི་འབྱུང་ཡིན་ཡང་འདི་ལ་ཚུང་བ་མེད། །ཆེས་ཟབ་དོ་  
 རྩེ་ཐོག་བ་ནང་རྒྱད་གསུམ། །འཕགས་ཡུལ་པལ་ལ་འང་ཡོངས་སུ་མ་གྲགས་  
 མོད། །རྒྱལ་བ་ཉིད་དང་མཚུངས་པའི་བཅ་གྲུབ་གྱི། །དྲིན་ལས་བོད་ལྗོངས་  
 སྐལ་བར་བཞག་ནའང་། །ཟབ་གནད་མི་ཤེས་ཕྱོགས་རེའི་མིག་ཅན་གྱིས། །  
 འདི་དག་རྟོན་མའི་ཆོས་ཞེས་ཐེ་ཆོམ་གྱི། །གཞི་བྱས་ཐག་དོག་ཆོག་ངན་བདུང་  
 གྱིས་བསྐྱགས། །ཁོར་བུའི་གཏེར་ཆེན་རྟོན་མའི་སྒྲིབ་སྐལ་གྱུར། །དོ་རྩེ་ཐོག་  
 པའི་དགོངས་དོན་ཆེས་ཟབ་པའི། །དགོངས་བ་དམར་འབྱིན་མན་དག་རྟོན་  
 པའི་གཞུང་། །འདི་རྣམས་ཡིན་ཀྱང་སྐལ་བས་མ་འཆུན་པའི། །སྤྲུག་འཛིན་  
 རྣམས་ལ་ས་འོག་གཏེར་བཞེན་གྱུར། །ཡང་དག་ལམ་བཟང་མཐོང་བའི་ཤེས་  
 རབ་ཅན། །ཡོད་ན་གསར་རྒྱད་རྣམས་ཀྱི་དགོངས་པའི་མཐའ། །རི་བཞིན་རེས་  
 བ་འདི་ལ་རག་ལས་གྱུང་། །རྒྱད་ལས་རྒྱད་གྱི་མན་དག་ལྟ་བུ་ཡིན། །འདི་དག་  
 སྐྱེས་མཁས་པའི་སྒྲོ་གོས་གྱིས། །དབྱུང་བས་གསར་དུ་རྟོན་པའི་བརྟན་  
 བཅོས་དང་། །རྟོག་གཏེར་རང་བཟོས་བཅོས་བ་མ་ཡིན་ཏེ། །རྒྱལ་བ་ཉིད་ཀྱི་  
 དོ་རྩེ་ཐོག་པའི་རྒྱད། །གཞན་དུ་སྤྲུག་བ་འདིར་ནི་མཛོན་བརྟན་ཕྱིར། །རྟོན་  
 དཀའི་ཆོས་མཆོག་འདི་རྣམས་ལེགས་བཟུང་ན། །ཟབ་ཅིང་རྟོགས་བར་དཀའ་  
 བ་ཡིན་མོད་གྱི། །རྟོགས་ན་དོན་ཆེ་འདི་དང་མཚུངས་གཞན་མེད། །ལེགས་  
 ལེགས་འགྲིགས་འགྲིགས་འདྲ་བའི་ཁས་ལེན་འགའ། །རྟོགས་སྤྱི་ཡིན་ཡིན་  
 འདྲ་ཡང་ཐུག་བརྟག་ན། །བྱིས་བ་མཁུ་བར་བྱེད་པའི་ངང་རྩལ་ལས། །འིང་



ཁུར་མི་བཟོད་བྱེ་མའི་ཆད་བུ་འདྲ། །མཐར་ཐུག་དཔྱིད་པའི་རིགས་པས་གྲུབ་  
 བ་ཡི། །ཟབ་དོན་དོ་རྗེའི་གསང་བཤད་འདི་དག་ལ། །དེས་པ་སྦྱེས་ན་ནམ་  
 མཁའ་རི་སྒྲིད་དུ། །ལ་རོལ་གྲོལ་བས་ནམ་ཡང་བསྐྱོད་མི་རུས། །མྱ་འགྱུར་  
 ཆོས་མཛོད་ནོར་བུའི་གྲིང་སྦྱེས་ཀྱང་། །ནོར་སྐལ་ཆད་འགའ་གཞན་ཟེར་འཆིང་  
 བུ་ལེན། །རང་གི་ཆོས་ལ་ཐེ་ཆོམ་ཟ་བྱེད་བ། །ལྟ་སྐལ་ཆད་བས་འབྱུང་པོ་  
 བསྐྱབ་དང་མཚུངས། །སྐལ་བ་མཆོག་གྱུར་དེས་པའི་སྒོ་ལྟན་ནམས། །ཀྱུན་  
 རྟོག་འཕེལ་བའི་སྒྲ་མང་མི་ཆོལ་ཞིང་། །བརྒྱད་པའི་མན་དག་བདུད་ཅིའི་བརྒྱད་  
 མཆོག་ལ། །རང་རུས་རི་བཞིན་སྦྱོད་བས་དེམས་པར་འགྱུར། །དེ་ལྟར་བཟོད་  
 བ་འདི་ལ་གཞན་དག་གིས། །རང་ཞེན་རང་བསྐྱོད་ཆེ་བ་ཡིན་སྟམ་ན། །རྟོན་  
 བ་བཞི་དང་ལྟན་པའི་སྒོ་གོས་ཀྱིས། །ལྟ་བའི་གནད་དང་ཉམས་ལེན་མན་དག་  
 གཞུང་། །ཆོས་ཀྱི་ཆིང་དང་བསྐྱེད་རིགས་པའི་ལམ། །ཐམས་ཅད་རིང་མོ་  
 ཞིག་ཏུ་རྟོགས་ཀྱིས་དང་། །དེ་ནས་ཐེ་ཆོམ་སྟན་བ་དུངས་བ་ཡི། །དེས་ཤེས་  
 ཉིན་མོར་བྱེད་བ་བཞིན་དུ་འཆར། །དེ་ལྟར་མཐོང་ན་སྟོགས་མ་ལྟ་བུ་འདི་དུས། །  
 བསྟན་ཞབས་སྦྱེས་བ་ཆོས་སྒྲུའི་ཁུར་འཛོན་བདག །ནམ་བྱང་ཕྱོགས་ཀྱི་ཡོན་  
 ཏན་ཆ་སྒྲ་ཞིང་། །ལས་ཉོན་སྟུག་བསྐྱེད་བསྐྱེད་ཡིས་མནར་མོད་ཀྱི། །བསྟན་  
 བ་འདི་ལ་གྲུས་བ་ཅེ་གཅིག་པས། །ནམ་ནམ་ཞོར་ཞོར་ཅི་རུས་འབད་བ་ཡིས། །  
 མྱ་འགྱུར་བསྟན་ལ་རི་ཕན་བཟོད་པར་བྱས། །དེ་དག་ཐ་ཡི་ཁ་ཐོར་གཙང་ཞེན་  
 ལྟར། །ཞེན་པས་མ་ཡིན་དེས་པ་སྦྱེས་ལས་ཡིན། །གྲུབ་མཐའ་མི་མཐུན་གཞན་

ལ་སྒང་བ་ཡིས། །སུན་འབྱེན་མ་ཡིན་ཐེག་དོན་གསལ་བྱིར་ཡིན། །དེ་ལྟར་  
རྒྱལ་བ་ཉིད་དང་རྒྱལ་བའི་སྒྲུལ། །དངོས་བྱོན་སྒྲ་འགྱུར་དམ་པ་མཆོག་རྣམས་  
ལ། །བཀའ་དྲིན་བྱས་པ་ལེགས་པར་མཐོང་བ་དང་། །ཐེག་མཆོག་ཆོས་ལ་  
གུས་པ་བསྐྱེད་པའི་བྱིར། །ཆལ་ཆོལ་སྒྲ་བའི་ངེས་པ་ཆེ་རབས་བརྒྱུར། །རོ་  
འཛིན་རལ་གྲིས་འཐག་པའི་ལས་ངན་ཁུར། །མི་ལེན་ཆོས་མཆོག་སྒྲ་བ་བདུན་  
ལྷགས། །སྒྲིབ་ཀུན་ཏུ་ཐོབ་སྒྲུལ་སྒྲིབ་སྒྲིལ། །འོན་ཀྱང་བདག་འདྲ་སྒྲིལ་  
དམན་པ་ཡི། །སྒྲིལ་རྒྱས་པས་ཟབ་དོན་མ་རྟོགས་ནས། །ཅུང་ཟད་ཉེས་པར་  
བཤད་པ་མཆིས་མིད་ན། །ཅུ་གསུམ་ལྟ་དང་སྒྱུང་མའི་ཆོགས་ལ་བཤགས། །  
དད་པའི་སེམས་དང་བརྒྱད་པའི་མན་ངག་མཐུས། །མ་ཞོར་ལེགས་པར་བཤད་  
པའི་ཆ་གང་མཆིས། །དེ་ཡི་དགོ་བས་སྒྲིབོ་མ་ལུས་ཀུན། །ཟབ་དོན་དོ་རྗེའི་  
གསུངས་ལ་དད་སྒྱུར་ཅིག །མ་འོངས་སྒྲ་འགྱུར་བསྟན་ཞབས་སྒྲིལ་རྣམས་  
ཀྱང་། །བརྒྱད་པའི་མན་ངག་ལྟན་བྱས་རང་ལུགས་ཀྱི། །ལས་ལེན་རྣམས་ལས་  
ཅུང་ཟད་མི་འདའ་བར། །དད་ཅིང་སྒྲིབ་པའི་སེམས་ཀྱིས་བཟུང་བྱས་ན། །དམ་  
པ་རྣམས་ཀྱི་ཐུགས་རྗེས་ཡོངས་འཛིན་ཅིང་། །ཆེ་རབས་ཀུན་ཏུ་ཐེག་མཆོག་  
ཆོས་ཀྱི་འཕྱོར། །སྒྲ་བ་རབ་ཡངས་བདུན་ལྷགས་ཐོབ་ནས། །རྒྱལ་བའི་ཆོས་  
མཛོད་སྒྲ་བའི་དབང་པོར་འགྱུར། །ཞིས་མེད་རྣམས་ལ་རྟེན་མིང་པས་སོ། །འདི་ནི་བདག་  
གཞན་གྱི་བྱུང་མཐའ་རྒྱ་མཚོའི་ལ་རྟོལ་ཏུ་བྱོན་ནས། །དེ་ཁོ་ན་ཉིད་གཟིགས་པའི་ཆོས་སྒྱུན་རྟུལ་བྲལ་མངའ་  
ཞིང་། །ཐེག་མཆོག་སྐྱེད་རྩི་མེད་དེགས་པའི་གད་རྒྱུངས་སྒྲིགས་པས་སྒྲ་བ་དང་པའི་སྒྲིལ་ཀུན་ཏུ་  
བག་འཁུམས་པར་མཛོད་པ། །འཕགས་པ་འཇམ་དཔལ་གྱི་ཡེ་ཤིས་སྒྲ་ཐུགས་དབུས་ཀྱི་བདུང་སེམ་པས་

བདེ་བར་གསེགས་པའི་རིང་ལུགས་མཆོག་གི་གསལ་བྱེད་གྱི་སྟན་པའི་གསལ་པ་རྒྱུ་མཆོད་གོས་ཅན་གྱི་དགྱིལ་  
འཁོར་ལ་སོང་བ། རྩེ་བཅུ་ན་སྒྲུ་མ་དམ་པ་མི་པམ་འཇམ་དབྱངས་རྣམ་རྒྱལ་རྒྱུ་མཆོད་གསུང་གི་ཐེག་མ་བཀྲ་  
ཤིས། མཆོད་ལོ། ॥



ཡི་གཉི་ཤུ་ཅུ་རྒྱལ་པ་འདི་དཔེ་ཆའི་ནང་དུ་བཞག་ན་དཔེ་ཆ་དེར་ཅི་འབྲར་  
བཤོམས་ཀྱང་ཉིས་པ་མི་འབྱུང་བར་འཇམ་དཔལ་ཅུ་རྒྱུད་ལས་གསུངས་སོ། །

སྤྱི་ཁྱབ་སྒྲོ་འདྲན་པ།      རྒྱལ་ཁྱིམ་སྒྲོ་ཁྱོས།      ཆོས་དབྱིངས་ཉིམ།  
གཙོ་སྤྱི་ག་པ།      གང་བསམ་སྟན་ཐུབ།      སྒྲོན་ལམ་རྒྱུ་མཆོ།  
གཞུང་ལས་དོ་དམ་པ།      ཆོས་ཀྱི་ཉིམ།      ཤོང་འདུས།  
ཁུངས་པ།      ཨ་སྒྲོན་པ།      ཆོས་ཀྱི་གསལ།  
ཡིག་སྤྱི་ག་པ།      གཞིར་སྤྱོད་བཟང་པོ།  
ཞིབ་འཕེབས་པ།      འཕེགས་མེད་དོ་རྩེ།  
སྤྱི་ཤོག་མཛེས་བཀོད་པ།      ཡིག་སྤྱི་ག་ཆོ་རྒྱུང་།

༥ རབ་འབྱུངས་ཀྱི་ཡའི་སྒྱིག་ཐུག་མེ་ཡམ་རྩེ། ཟུང་ཀྱིས་ལུང་རྟོགས་བརྟན་པའི་མངའ་བདག་ཆེ།

ལྷན་པར་བླ་མེད་མཁུ་བ་བརྟན་པདག་པོར། མཉམ་མེད་མེ་ཡམ་ཀྱི་མཚོར་གྱིས་བས་འདུད།

སྒྱིག་སྐྱོས་འགྲོ་བའི་མཐོན་གཅིག་ཡིད་བཞིན་ནོར། ཇལ་གསུང་མེ་ཡམ་མཐོན་པོའི་མཚན་ཐོས་ཀྱིས།

དགེ་སྒྲོལ་སྒྱུན་ཆབ་བསེལ་བཞིན་ཡང་ཡང་བརྟག་ས། ཀླུ་ལ་ལྟན་སྐྱེ་བའི་ཚོགས་སུ་ལེགས་སྐྱེས་སྐྱེལ།

དཔར་བརྟན་བཀྱིས་པའི་རྣམ་དག་རདག་བདད། འདི་ཚོན་རུས་གསུམ་པས་ག་པའི་དགོ་ཚོགས་ཀྱིས།

མཐའ་ཡས་འཁོར་བའི་སེམས་ཅན་མ་ལུས་པའི། སྐྱིབས་གཉིས་སྦྱར་བྱང་ཚོགས་གཉིས་ཡོངས་རྫོགས་ཤོག།

ཅེས་པ་འདི་ནི། མེད་ཀྱི་རང་ལ་མོག་པའི་ལྷ་སྐུ་ལ། རིགས་དང་དགྱིལ་འཁོར་ཀྱི་མཚོའི་བྱབ་པདག་

བཀའ་འདྲིན་མཚུངས་མེད་བླ་མ་ཡིད་བཞིན་ནོར་བུའི་ཇབ་སངས་རྟོལ་སྐྱེ་བོར་བྱངས་ཏེ། ལྷག་པས་མ་བློམ་དཀར་

པོ་རྒྱུད་ལ་བཅངས་ནས་ཀུན་མཁེན་མེ་ཡམ་ཀྱི་མཚོའི་གསུང་འབྱུང་དཔར་བརྟན་ཞུས་པ་འདིས་འཛམ་གླིང་གོ་

ལའི་རྒྱང་འདིར་འཚོ་མེད་ཞི་བའི་ལམ་སྟོན་རྣམ་འདྲེན་ཤུ་བྱ་བྱུང་བའི་བརྟན་པ་རིན་པོ་ཆེ་ཉིན་མའི་རྒྱང་བལྟར་

རྒྱས་ཤིང་། འདི་ལ་མཐོང་ཐོས་ལ་སོགས་འབྲེལ་ཐོག་སྐྱེ་བོ་ཀུན་གྱིས།

བསྐྱབས་གསུམ་རྒྱན་ཐུག་མཁས་པ་ཚུན་པ་བཟང་ཐུག་ལྷ་སྐྱོམ་སྐྱོད་ཐུག་སོག། ལེགས་ཐུག་མཁའ་ལྟར་མཉམ་པའི་

སྟོན་འདུན་བཅས་ལུལ་རྩུས་སྐྱུ་མ་ཀུན་པ་བཟང་གཞན་པན་སྟོ་གྲོས་ཚོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཚན་འཇམ་རྩུལ་ཁྱིམ་ས་

མཐར་ཐྱིན་ནས་པོད་རབ་བྱུང་བཅུ་བདུན་པའི་ལྷགས་རྟག་ཡའི་བྱུང་དབང་ལྷ་ལས་བབ་པའི་ཚོས་བཟང་

ལ་འཛམ་གླིང་གར་ཐོག་མཚོ་གླིང་གླེ་མན་ནས་སྐྱེལ་བདག་པོ། ॥ སམ་མདྲ་ལོ། ॥

ཐུག་དཔེ་འདི་ཚོས་སྐྱིན་རུ་འབུལ་རྒྱུ་ལས། ཚོར་རྒྱར་མེ་ཚོག་པ་དགོངས་འཇགས་ལུ། ॥

བསོད་ནམས་ཡོན་ཏན་འདི་དག་གིས།

སངས་རྒྱས་ཞིང་ཁམས་བརྒྱན་པ་དང་།

དྲིན་ཅན་བཞི་པོར་ཡར་ལུལ་ཞིང་།

ངན་སོང་སྤྲུག་བསྐྱེད་སེལ་བར་ཤོག།

གང་གིས་དེ་དག་མཐོང་ཐོས་ནས།

བྱང་ཆུབ་སེམས་མཆོག་བསྐྱེད་པ་དང་།

ཆེ་འདིར་ཆོས་ལ་རབ་བརྩེན་ནས།

ཕྱི་མར་དག་ཞིང་སྐྱེ་བར་བསྐྱོའོ། །

། རྣམ་དཀར་འདི་ཡིས་མཐའ་གྲས་ཞིང་ཀུན་གྱི། །  
 རྣོད་བཅུད་འབྱོར་བ་ལུང་དུ་བྱུང་བ་དང་། །  
 བཀའ་དྲིན་ཞིང་མཆོག་བཞི་ཡི་དྲི་ལན་འཁོར། །  
 ངན་འགྲོའི་གཡང་སར་ནམ་ཡང་མི་ལྷུང་ཞིང་། །  
 འདི་ལ་ཐོས་སོགས་བགྱིད་པའི་འབྲེལ་ཐོགས་ཀུན། །  
 བྱང་ཆུབ་སེམས་ཀྱི་བདུད་རྩིས་ཤེས་སྤྱད་བརྒྱན། །  
 འདི་སྣང་འགགས་ཆོ་དག་པའི་ཞིང་བཟང་དུ། །  
 བརྩམ་ཏེ་སྦྱིས་ནས་དོན་གཉིས་མཐར་ཕྱིན་སོག། །  
 ཅེས་བ་འདི་ཡང་བར་སྐྱོན་གྱི་བྱ་བཞག་འདིར་འགོ་གོན་  
 གཏོང་མཁན་དང་། ལེགས་བཤད་འདི་ཉིད་འཛིན་འཆང་  
 གྲོག་པ་སོགས་ཀྱི་དགེ་བསྡེའི་སྦྱོན་ཆོག་ཏུ་བྲིས་པའོ། །

སཏྲ་མཁྱེ་ལོ། །

ཨོ་ཀམ་ཨམི་ཏུ་སྤྱུལ།

། སྤར་འགོམ་དང་མཐུན་འཇུག་སྦྱོར་མཁན།  
 ཐུའི་ཕན་ནང་པའི་ཤེས་ཡོན་བདེ་ཅུ་ལྟན་ཆོགས།  
 བྱག་དེབ་འདི་བཞིན་རིན་མེད་དུ་འགོམ་སྤེལ་བྱེད་པ་ལས་ཆོང་བསྐྱར་བྱེད་མི་ཆོག།  
 སྤར་སྐྱོན་བྱེད་ལུང་ཐུའི་ཕན།

*“Wherever the Buddha’s teachings have flourished,  
either in cities or countrysides,  
people would gain inconceivable benefits.  
The land and people would be enveloped in peace.  
The sun and moon will shine clear and bright.  
Wind and rain would appear accordingly,  
and there will be no disasters.  
Nations would be prosperous  
and there would be no use for soldiers or weapons.  
People would abide by morality and accord with laws.  
They would be courteous and humble,  
and everyone would be content without injustices.  
There would be no thefts or violence.  
The strong would not dominate the weak  
and everyone would get their fair share.”*

~ THE BUDDHA SPEAKS OF  
THE INFINITE LIFE SUTRA OF  
ADORNMENT, PURITY, EQUALITY  
AND ENLIGHTENMENT OF  
THE MAHAYANA SCHOOL~









# DEDICATION OF MERIT

May the merit and virtue  
accrued from this work  
adorn the Buddhas' Pure Lands,  
repay the four great kindnesses above,  
and relieve the suffering of  
those on the three paths below.

May those who see or hear of these efforts  
generate Bodhi-mind,  
spend their lives devoted to the Buddha Dharma,  
and finally be reborn together in  
the Land of Ultimate Bliss.  
Homage to Amita Buddha!

**NAMO AMITABHA**

**南無阿彌陀佛**

《藏文：米滂仁波切文集 第三十九冊》

財團法人佛陀教育基金會 印贈

Reprinted and donated for free distribution by  
**The Corporate Body of the Buddha Educational Foundation**

E-mail: [overseas@budaedu.org](mailto:overseas@budaedu.org)

<http://www.budaedu.org>

**This book is for free distribution, it is not for sale.**

ཕུག་དཔེ་འདི་ཚོས་སྤྱི་དུ་འབུལ་རྒྱུ་ལས། ཚོར་བསྐྱེད་མི་ཚོལ་པ་དགོངས་འཇགས་ལྟ།

3000 copies; January 2011

**TI589**



**TI589**